



T101-04

CT5.4

TREADMILL OWNER'S MANUAL
MANUEL DU PROPRIÉTAIRE DU TAPIS ROULANT
MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA CAMINADORA



Read the TREADMILL GUIDE before using this OWNER'S MANUAL.

Lisez le guide du TAPIS ROULANT avant de vous référer au MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Lea la GUÍA DE LA CAMINADORA antes de utilizar este MANUAL DEL PROPIETARIO.

IMPORTANT PRECAUTIONS



SAVE THESE INSTRUCTIONS

When using an electrical product, basic precautions should always be followed, including the following: Read all instructions before using this treadmill. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this treadmill are adequately informed of all warnings and precautions. If you have any questions after reading this guide, contact Customer Tech Support at the number listed on the back cover of the OWNER'S MANUAL.

This treadmill is intended for in-home use only. Do not use this treadmill in any commercial, rental, school or institutional setting. Failure to comply will void the warranty.



DANGER

TO REDUCE THE RISK OF ELECTRICAL SHOCK:

Always unplug the treadmill from the electrical outlet immediately after using, before cleaning, performing maintenance and putting on or taking off parts.



WARNING

TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRICAL SHOCK OR INJURY TO PERSONS:

- Never use the treadmill before securing the safety tether clip to your clothing.
- If you experience any kind of pain, including but not limited to chest pains, nausea, dizziness, or shortness of breath, stop exercising immediately and consult your physician before continuing.
- When exercising, always maintain a comfortable pace.
- Do not wear clothes that might catch on any part of the treadmill.
- Always wear athletic shoes while using this equipment.
- Do not jump on the treadmill.
- At no time should more than one person be on treadmill while in operation.
- This treadmill should not be used by persons weighing more than specified in the OWNER'S MANUAL WARRANTY SECTION. Failure to comply will void the warranty.
- When lowering the treadmill deck, wait until rear feet are firmly on the floor before stepping on the deck.
- Disconnect all power before servicing or moving the equipment. To clean, wipe surfaces down with soap and slightly damp cloth only; never use solvents. (See MAINTENANCE)
- The treadmill should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
- Do not operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.
- Connect this exercise product to a properly grounded outlet only.



WARNING



TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRICAL SHOCK OR INJURY TO PERSONS:

- At NO time should children under the age of 13 or pets be within 10 feet of the machine.
- At NO time should children under the age of 13 use the treadmill.
- Children over the age of 13 or disabled persons should not use the treadmill without adult supervision.
- Use the treadmill only for its intended use as described in the treadmill guide and owner's manual.
- Do not use other attachments that are not recommended by the manufacturer. Attachments may cause injury.
- Never operate the treadmill if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or immersed in water. Contact Customer Tech Support at the number on the back cover to schedule service.
- Keep power cord away from heated surfaces. Do not carry this unit by its supply cord or use the cord as a handle.
- Never operate the treadmill with the air opening blocked. Keep the air opening clean, free of lint, hair, and the like.
- To prevent electrical shock, never drop or insert any object into any opening.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or when oxygen is being administered.
- To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet.
- Do not use treadmill in any location that is not temperature controlled, such as but not limited to garages, porches, pool rooms, bathrooms, car ports or outdoors. Failure to comply may void the warranty.
- This treadmill is intended for in-home use only. Do not use this treadmill in any commercial, rental, school or institutional setting. Failure to comply will void the warranty.
- Do not remove the console covers unless instructed by Customer Tech Support. Service should only be done by an authorized service technician

It is essential that your treadmill is used only indoors, in a climate controlled room. If your treadmill has been exposed to colder temperatures or high moisture climates, it is strongly recommended that the treadmill is warmed up to room temperature before first time use. Failure to do so may cause premature electronic failure.



WARNING

This product contains chemicals known to the State of California to cause cancer and birth defects or other reproductive harm.

GROUNDING INSTRUCTIONS

This product must be grounded. If a treadmill should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electrical current to reduce the risk of electrical shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with local codes and ordinances.



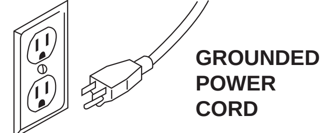
DANGER

Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product. If it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.

This product is for use on a nominal 110-120 Volt circuit and has a grounding plug that looks like the plug in the illustration. Make sure that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

This product must be used on a dedicated circuit. To determine if you are on a dedicated circuit, shut off the power to that circuit and observe if any other devices lose power. If so, move devices to a different circuit. Note: There are usually multiple outlets on one circuit. This treadmill should be used with a minimum 20-amp circuit.







Connect this exercise product to a properly grounded outlet only.

Never operate product with a damaged cord or plug even if it is working properly. Never operate any product if it appears damaged, or has been immersed in water. Contact Customer Tech Support for replacement or repair.

ASSEMBLY



⚠ WARNING

There are several areas during the assembly process that special attention must be paid. It is very important to follow the assembly instructions correctly and to make sure all parts are firmly tightened. If the assembly instructions are not followed correctly, the treadmill could have parts that are not tightened and will seem loose and may cause irritating noises. To prevent damage to the treadmill, the assembly instructions must be reviewed and corrective actions should be taken.

Before proceeding, find your treadmill's serial number located on a white barcode sticker near the on/off power switch and power cord and enter it in the space provided below.

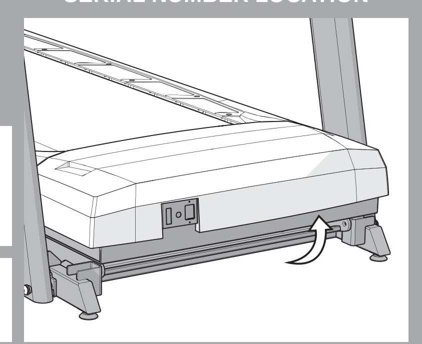
ENTER YOUR SERIAL NUMBER AND MODEL NAME IN THE BOXES BELOW:

SERIAL NUMBER:

TM	

MODEL NAME: **HORIZON** ______ **TREADMILL**

SERIAL NUMBER LOCATION



» Refer to the SERIAL NUMBER and MODEL NAME when calling for service.



CONSOLE DISPLAY AND CONTROLS

READING RACK

CONSOLE FAN

SPEAKERS

HANDLEBARS

CONSOLE

SAFETY KEY PLACEMENT

WATER BOTTLE HOLDER

⚠ CAUTION RISK OF INJURIES TO PERSONS:
ATTACH SAFETY KEY CLIP TO CLOTHING BEFORE STARTING. TO AVOID INJURY, STAND ON THE SIDE RAILS BEFORE STARTING TREADMILL. READ AND FOLLOW ALL INSTRUCTIONS BEFORE OPERATING. KEEP CHILDREN AWAY FROM THIS EQUIPMENT. REMOVE SAFETY KEY WHEN NOT IN USE AND STORE OUT OF REACH OF CHILDREN. CONSULT A PHYSICIAN BEFORE USING THIS EQUIPMENT. STOP EXERCISING IF YOU FEEL PAIN, FAINT, DIZZY OR SHORT OF BREATH. KEEP BODY AND CLOTHING FREE AND CLEAR OF ALL MOVING PARTS. FOR CONSUMER USE ONLY.

⚠ ATTENTION RISQUE DE BLESSURES:
ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE COMMENCER. POUR ÉVITER TOUTES BLESSURES, SE TENIR SUR LES RIDELLES AVANT DE DÉMARRER LE TAPIS ROULANT. AVANT USAGE, LIRE LE GUIDE D'UTILISATEUR. NE PAS LAISSER CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. ENLEVER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE LE TAPIS ROULANT N'EST PAS UTILISÉ ET LA RANGER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. ARRÊTER D'UTILISER L'APPAREIL EN CAS DE DOULEUR, D'ÉVANOUISSEMENT, DE VERTIGE OU D'ESSOUFFLEMENT. GARDER LE CORPS ET LES VÊTEMENTS LIBRE DES PIÈCES EN MOUVEMENT. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

⚠ PRECAUCIÓN EL RIESGO DE UNA LESION A PERSONAS:
SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR ACCIDENTES PARESE EN LO RIELES ANTES DE COMENZAR. LEA CUIDADOSAMENTE EL MANUAL DE USUARIO Y CONSULTE A SU MEDICO ANTES DE COMENZAR. MANTENGA EL PRODUCTO FUERA DEL ALCANZE DE LOS MENORES. QUITE LA LLAVE DE SEGURIDAD CUANDO NO ESTE EN USO. CONSULTAR CON UN MEDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. SI SIENTE ALGUN DOLOR O FATIGA PARE DE INMEDIATO. MANTENER SU CUERPO Y VESTIMENTA LEJOS DE TODAS LAS PARTES EN MOVIMIENTO DE LA MAQUINA. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

HEART RATE GRIP BARS

CONSOLE MAST

ON/OFF SWITCH

MOTOR COVER

POWER CORD

RUNNING BELT / DECK

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS À HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

REAR ROLLER TENSION / ADJUSTMENT BOLTS

TRANSPORT WHEEL

1

2

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA.

FOOT LOCK LATCH (UNDERNEATH DECK)

SIDE RAIL

PRE ASSEMBLY



TOOLS REQUIRED:

- ☐ 6 mm T-Wrench (included)
- ☐ 6 mm L-Wrench (included)
- ☐ Screwdriver (not included)

PARTS INCLUDED:

- ☐ 2 Console Masts
- ☐ 1 Console Assembly
- ☐ 2 Console Pockets
- ☐ 1 Hardware Kit
- ☐ 1 Safety Key
- ☐ 1 Power Cord
- ☐ 1 Audio Adapter Cable
- ☐ 1 Bottle of Silicone Lubricant (for 2 applications)

NEED HELP?

If you have questions or if there are any missing parts, contact Customer Tech Support. Contact information is located on the back cover of this manual.

UNPACKING

Place the treadmill carton on a level flat surface. It is recommended that you place a protective covering on your floor. Take CAUTION when handling and transporting this unit. Never open box when it is on its side. Once the banding straps have been removed, do not lift or transport this unit unless it is fully assembled and in the upright folded position, with the lock latch secure. Unpack and assemble the unit where it will be used. The enclosed treadmill is equipped with high-pressure shocks and may spring open if mishandled. Never grab hold of any portion of the incline frame and attempt to lift or move the treadmill.

⚠ WARNING

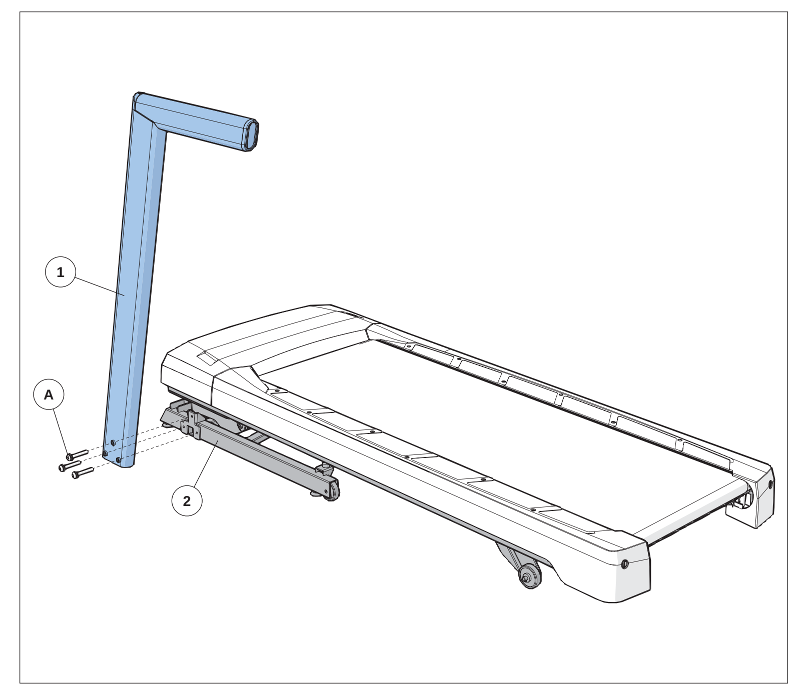
- DO NOT ATTEMPT TO LIFT THE TREADMILL! Do not move or lift treadmill from packaging until specified to do so in the assembly instructions. You may remove the plastic wrap from console masts.
- FAILURE TO FOLLOW THESE INSTRUCTIONS COULD RESULT IN INJURY!

⚠ IMPORTANT NOTES

- During each assembly step, ensure that ALL nuts and bolts are in place and partially threaded. It is recommended you complete the full assembly of your unit before completely tightening any ONE bolt.
- Several parts have been pre-lubricated to aid in assembly and usage. Please do not wipe this off. If you have difficulty, a light application of lithium bike grease is recommended.



ASSEMBLY **STEP 1**



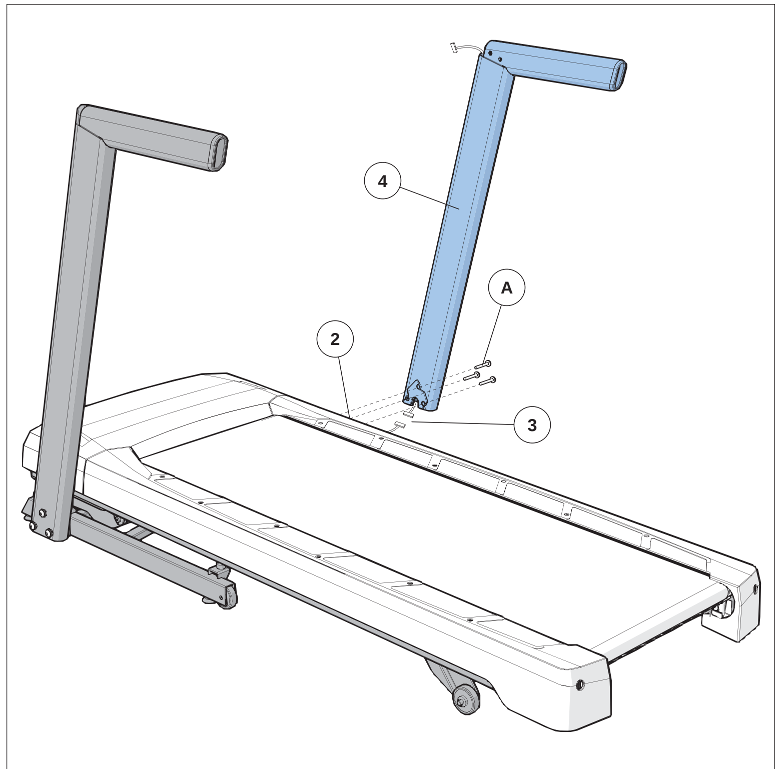
HARDWARE FOR STEP 1			
PART	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTY**
A	HEX SOCKET BOLT	M8X1.25PX60L	3

A Cut the yellow banding straps and lift the running deck upward to remove all contents from underneath the running deck.

B Open **HARDWARE FOR STEP 1**.

C Attach **LEFT CONSOLE MAST (1)** to **MAIN FRAME (2)** using **3 BOLTS (A)**.

ASSEMBLY **STEP 2**





HARDWARE FOR STEP 2			
PART	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTY**
A	HEX SOCKET BOLT	M8X1.25PX60L	3

A Pull the **CONSOLE CABLE (3)** away from the treadmill base frame. Connect the **CONSOLE CABLE (3)** from the **MAIN FRAME (2)** to the **CONSOLE CABLE (3)** in the bottom of the **RIGHT CONSOLE MAST (4)**. The other end of the **CONSOLE CABLE** should be located at the top of the mast.

B Open **HARDWARE FOR STEP 2**.

C Attach **RIGHT CONSOLE MAST (4)** to **MAIN FRAME (2)** using **3 BOLTS (A)**.

NOTE: Be careful not to pinch the console cable while attaching the right console mast.

ASSEMBLY **STEP 3**



HARDWARE FOR STEP 3			
PART	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTY**
B	SCREW	4X12L	8

A Open **HARDWARE FOR STEP 3**.

B Turn **CONSOLE (5)** over and align **CONSOLE POCKETS (6)** with screw holes.

NOTE: Before securing the pockets, ensure the snap tabs are outside the pocket recess.

C Attach **CONSOLE POCKETS (6)** to **CONSOLE (5)** using 8 **SCREWS (B)**.

NOTE: Gently loosen the screws if necessary after assembly to snap them into place and avoid breaking the tabs.

ASSEMBLY **STEP 4**



HARDWARE FOR STEP 4			
PART	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTY**
C	HEX SOCKET BOLT	M8X1.25PX15L	4

A Open **HARDWARE FOR STEP 4**.

B Gently place **CONSOLE (5)** on top of **CONSOLE MASTS (1 & 4)**.

NOTE: Be careful not to pinch the console cables while attaching the console.

C Connect the **CONSOLE CABLES (3)** and ensure cables are tucked inside the **CONSOLE (5)**.

D Connect the **CONSOLE (5)** to the right **CONSOLE MAST (4)** using 2 **BOLTS (C)**.

E Repeat STEP D on left side.

ASSEMBLY COMPLETE!

Before the first use, lubricate the treadmill deck by following the instructions in the MAINTENANCE section in the TREADMILL GUIDE.

TREADMILL OPERATION



This section explains how to use your treadmill's console and programming. The BASIC OPERATION section in the TREADMILL GUIDE has instructions for the following:

- **LOCATION OF THE TREADMILL**
- **USING THE SAFETY KEY**
- **FOLDING THE TREADMILL**
- **MOVING THE TREADMILL**
- **LEVELING THE TREADMILL**
- **TENSIONING THE RUNNING BELT**
- **CENTERING THE RUNNING BELT**
- **USING THE HEART RATE FUNCTION**



Q I A K Q

E D

B C

F G

R R R

H J N P O L M

incline
speed
time
distance
calories
HORIZON
FITNESS
manual
steps
calories
distance
intervals
workout setup
enter
start
pause
stop
hold to reset

CONSOLE OPERATION



Note: There is a thin protective sheet of clear plastic on the overlay of the console that should be removed before use.

A) **LCD DISPLAY WINDOW:** time, distance, calories, incline, speed, heart rate and fan.

B) **PROGRAMMING ⌄⌃ KEYS:** Used to cycle through programs and user setup.

C) **ENTER:** used to confirm selection.

D) **ENERGY SAVER INDICATOR:** indicates if machine is in Energy Saver mode.

E) **PROGRAM KEYS:** press to select workout.

F) **AUDIO IN JACK:** plug your media player into the console using the included audio adaptor cable.

G) **VOLUME:** used to adjust volume up or down.

H) **FAN KEY:** press to turn fan on and off.

I) **INCLINE QUICK KEYS:** used to reach desired incline quickly.

J) **INCLINE ⌄⌃ KEYS:** used to adjust incline level.

K) **SPEED QUICK KEYS:** used to reach desired speed quickly.

L) **SPEED ⌄⌃ KEYS:** used to adjust speed level.

M) **READING RACK:** holds reading material.

N) **START / PAUSE:** used to start workout, pause workout, and restart after pause.

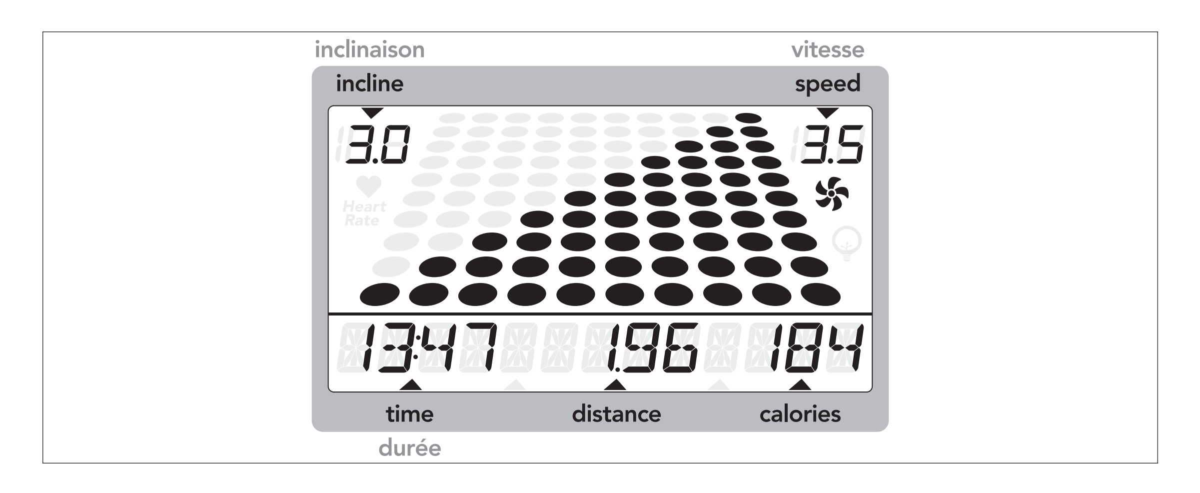
O) **STOP / HOLD TO RESET:** used to stop machine and also will reset machine when held down.

P) **SAFETY KEY:** enables treadmill when safety key is inserted.

Q) **SPEAKERS:** plays music through speakers when connected to your media player.

R) **STORAGE POCKETS:** holds personal items, e.g. water bottle, brought with you.





DISPLAY WINDOW

- **TIME:** Shown as minutes : seconds. View the time remaining or the time elapsed in your workout.
- **DISTANCE:** Shown as miles. Indicates distance traveled or distance remaining during your workout.
- **CALORIES:** Total calories burned or remaining for your workout.
- **INCLINE:** Shown as percent. Indicates the incline level of the running surface.
- **SPEED:** Shown as MPH. Indicates how fast the belt is moving.
- **HEART RATE:** Shown as BPM (beats per minute). Used to monitor your heart rate (displayed when contact is made with both pulse grips).
- **PROGRAM PROFILES:** Represents the profile of the program being used (speed during speed based programs and incline during incline based programs).
- **FAN:** Indicates fan is on.
- **ENERGY SAVER**: Indicates when machine is in Energy Saver mode to conserve power consumption.

GETTING STARTED

1) Check to make sure no objects are placed on the belt that will hinder the movement of the treadmill.
2) Plug in the power cord and turn the treadmill ON.
3) Stand on the side rails of the treadmill.
4) Attach the safety key clip to part of your clothing making sure that it is secure and will not become detached during operation.
5) Insert the safety key into the safety keyhole in the console.
6) Set user weight using ∨∧ and press ENTER.
7) You have two options to start your workout:



A) QUICK START UP

Simply press the START key to begin working out.
Time, distance, and calories will all count up from zero. OR...

B) SELECT A WORKOUT

1) Press desired WORKOUT BUTTON and press ENTER.
2) Select workout goal level or program using ∨∧ and press ENTER.
3) Set workout program information using ∨∧ (see program information for necessary settings) and press ENTER after each selection.
4) Press START to begin workout.

NOTE: You can adjust the speed and incline during your workout.

FINISHING YOUR WORKOUT

When your workout is complete, the console will display “workout complete” and beep. Your workout information will stay displayed on the console for 30 seconds and then reset.

TO RESET THE CONSOLE

Hold STOP key for 3 seconds.

TO CLEAR CURRENT SELECTION

To clear the current program selection or screen, hold the stop button for 3 seconds.

PROGRAM INFORMATION





MANUAL: Adjust your speed and incline manually during your workout. User sets time, starting speed and incline.



STEPS: Promotes healthy activity with 10 step-based workouts calculated using average stride length. Choose from 1000, 2000, 3000, 4000, 5000, 6000, 7000, 8000, 9000, and 10,000 step workouts. User sets starting speed and incline.



CALORIES: Set goals for burning calories with six workouts. Choose from 100, 200, 300, 400, 500, and 600 calorie burn workouts. User inputs weight and sets starting speed and incline. Calories burned are calculated using weight input with the speed and incline of the workout.



DISTANCE: Push yourself and go further during your workout with 10 distance workouts. Choose from 1 mile, 2 miles, 5k, 5 miles, 10k, 8 miles, 15k, 10 miles, 20k, and half marathon goals. User sets starting speed and incline.



INTERVALS: An effective fat-burning workout that helps you get improve your fitness level. Choose from Speed Intervals, Peak Intervals, and Endurance Intervals workouts. User sets time and starting level.

SPEED INTERVALS (10 LEVELS)						
Speed changes and segments repeat 90 seconds and 30 seconds.						
Segment	Warm Up		1	2	Cool Down	
Time	4:00 Mins		90 sec	30 sec	4:00 Mins	
Level 1	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
Level 2	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
Level 3	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
Level 4	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
Level 5	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
Level 6	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
Level 7	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
Level 8	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
Level 9	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Level 10	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0

ENDURANCE INTERVALS (12 LEVELS) - SPEED ONLY											
Segment	Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Cool Down	
Time	4:00 Mins		Each segment is 30 Seconds and repeats								4:00 Mins	
Level 1	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.3	1.5
Level 2	1.3	1.9	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.6	1.8
Level 3	1.5	2.3	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.0
Level 4	1.8	2.6	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.4	2.3
Level 5	2.0	3.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	3.8	2.5
Level 6	2.3	3.4	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.1	2.8
Level 7	2.5	3.8	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	4.5	3.0
Level 8	2.8	4.1	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	4.9	3.3
Level 9	3.0	4.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	5.3	3.5
Level 10	3.3	4.9	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	5.6	3.8
Level 11	3.0	4.5	7.0	7.5	8.0	8.5	9.0	8.5	8.0	7.5	5.3	3.5
Level 12	3.3	4.9	7.5	8.0	8.5	9.0	9.5	9.0	8.5	8.0	5.6	3.8

PEAK INTERVALS (10 LEVELS)							
Speed and Incline changes, segments repeat 90 seconds and 30 seconds.							
Segment		Warm Up		1	2	Cool Down	
Time		4:00 Mins		90 sec	30 sec	4:00 Mins	
Level 1	Speed	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
	Incline	1.0	1.5	0.5	1.5	1.5	0.0
Level 2	Speed	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
	Incline	1.5	2.5	3.0	6.5	2.5	1.5
Level 3	Speed	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
	Incline	2.0	3.0	4.0	7.5	3.0	2.0
Level 4	Speed	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
	Incline	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Level 5	Speed	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
	Incline	2.5	3.5	4.5	8.5	3.5	2.5
Level 6	Speed	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
	Incline	2.5	3.5	4.5	9.0	3.5	2.5
Level 7	Speed	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
	Incline	2.5	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Level 8	Speed	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
	Incline	3.0	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Level 9	Speed	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
	Incline	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0
Level 10	Speed	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0
	Incline	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0





USING YOUR MEDIA PLAYER

1) Connect the included AUDIO ADAPTOR CABLE to the AUDIO IN JACK on the left of the console and the headphone jack on your media player.

2) Use your media player buttons to adjust song settings.

3) Remove the AUDIO ADAPTOR CABLE when not in use.

ENERGY SAVER (STANDBY MODE)

This machine has a special feature called Energy Saver™ mode. This mode is NOT automatically activated. When Energy Saver mode is activated, the display will automatically enter standby mode (Energy Saver mode) after 15 minutes of inactivity. This feature saves energy by disabling most power to the machine until a key is pressed on the console. This feature can be turned on or off in the engineering menu.

To enter the engineering menu, press and hold the ∧ **INCLINE** key and ∨ **SPEED** key for 3-5 seconds. Use the ∨ ∧ keys to navigate through the menu to ENG 3. Press **ENTER** to select. Press **ENTER** to navigate to P5 in the ENG3 menu. Use the ∨∧ keys to select ENRGY SVE ON or OFF. Press and hold **STOP** for 3-5 seconds to exit ENG 3. Press and hold **STOP** again for 3-5 seconds to exit the engineering menu.

LIMITED HOME-USE WARRANTY





WEIGHT CAPACITY = 300 lbs (136 kilograms)

FRAME = LIFETIME

Warranty on the frame against defects in workmanship and materials for a lifetime period of the buyer from the date of purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner. (The frame is defined as the welded metal base of the unit and does not include any parts that can be removed.)

DRIVE MOTOR/ELEVATION MOTOR = LIFETIME

Warranty on the drive/elevation motors against defects in workmanship and materials for a lifetime period of the buyer from the date of purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner. Labor or installation of motor is not covered under the motor warranty.

ELECTRONICS & PARTS = 1 YEAR

Warranty on the electronic components, finish and all original parts for the period specified above from the date of original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

LABOR = 1 YEAR

Warranty shall cover the labor cost for the repair of the device for the period specified above from the date of the original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered:

- The original owner and is not transferable.

What IS covered:

- Repair or replacement of a defective motor, electronic component, or defective part and is the sole remedy of the warranty.

What IS NOT covered:

- Normal wear and tear, improper assembly or maintenance, or installation of parts or accessories not originally intended or compatible with the equipment as sold.
- Damage or failure due to accident, abuse, corrosion, discoloration of paint or plastic, neglect, theft, vandalism, fire, flood, wind, lightning, freezing, or other natural disasters of any kind, power reduction, fluctuation or failure from whatever cause, unusual atmospheric conditions, collision, introduction of foreign objects into the covered unit, or modifications that are unauthorized or not recommended by the manufacturer.
- Incidental or consequential damages. The manufacturer is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages, economic loss, loss of property, or profits, loss of enjoyment or use, or other consequential damages of whatsoever nature in connection with the purchase, use, repair

or maintenance of the equipment. The manufacturer does not provide monetary or other compensation for any such repairs or replacement parts costs, including but not limited to gym membership fees, work time lost, diagnostic visits, maintenance visits or transportation.

- Equipment used for commercial purposes or any use other than a single family or Household, unless endorsed by the manufacturer for coverage.
- Equipment owned or operated outside the US and Canada.
- Delivery, assembly, installation, setup for original or replacement units or labor or other costs associated with removal or replacement of the covered unit.
- Any attempt to repair this equipment creates a risk of injury. The manufacturer is not responsible or liable for any damage, loss or liability arising from any personal injury incurred during the course of, or as a result of any repair or attempted repair of your fitness equipment by other than an authorized service technician. All repairs attempted by you on your fitness equipment are undertaken AT YOUR OWN RISK and the manufacturer shall have no liability for any injury to the person or property arising from such repairs.
- If you are out of the manufacturer’s warranty but have an extended warranty, refer to your extended warranty contract for contact information regarding requests for extended warranty service or repair.

SERVICE/RETURNS

- In-home service is available within 150 miles of the nearest authorized Service Provider (Mileage beyond 150 miles from an authorized service center is the responsibility of the consumer).
- All returns must be pre-authorized by the manufacturer.
- The manufacturer’s obligation under this warranty is limited to replacing or repairing, at the manufacturer’s option, the same or comparable model.
- The manufacturer may request defective components be returned to the manufacturer upon completion of warranty service using a prepaid return shipping label. If you have been advised to return parts and did not receive a label, please contact Customer Tech Support.
- Replacement units, parts and electronic components reconditioned to as-new condition by the manufacturer or its vendors may sometimes be supplied as warranty replacement and constitute fulfillment of warranty terms.
- This warranty gives you specific legal rights, and your rights may vary from state to state.



FRANÇAIS

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES



CONSERVEZ CES DIRECTIVES

Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, il faut toujours respecter des précautions élémentaires, notamment : Lisez toutes les directives avant d'utiliser ce tapis roulant. Il incombe au propriétaire de veiller à ce que tous les utilisateurs de tapis roulant soient adéquatement informés de tous les avertissements et mesures préventives. Pour toute question après la lecture de ce guide, communiquez avec le service de soutien technique à la clientèle au numéro indiqué sur l'endos du MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Ce tapis roulant est prévu uniquement pour un usage à la maison. N'utilisez pas ce tapis roulant dans un environnement commercial, de location, scolaire ou institutionnel. Le non-respect de ces directives annulera la garantie.



DANGER

POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE CHOC ÉLECTRIQUE :

Débranchez toujours le tapis roulant de la prise électrique immédiatement après l’avoir utilisé, avant de le nettoyer et d’effectuer un entretien ainsi qu’avant d’ajouter ou d’enlever des pièces.



POUR RÉDUIRE LES RISQUES DE BRÛLURES, D’ÉLECTROCUTION ET DE BLESSURES :

- N’utilisez jamais le tapis roulant avant de fixer la pince de sécurité à vos vêtements.
- Si vous ressentez n’importe quelle douleur, comme des douleurs à la poitrine, des nausées, des étourdissements ou si vous avez du mal à respirer, cessez immédiatement votre entraînement et consultez votre médecin avant de continuer.
- Durant l’exercice, adoptez toujours un rythme confortable.
- Ne portez pas de vêtements pouvant s’accrocher aux pièces mobiles du tapis roulant.
- Portez toujours des chaussures de sport lorsque vous utilisez cet appareil.
- Ne sautez pas sur le tapis roulant.
- Il ne devrait jamais avoir plus d’une personne sur le tapis roulant pendant qu’il est en marche.
- Ce tapis roulant ne doit pas être utilisé par des personnes pesant plus que la capacité indiquée dans la SECTION de la GARANTIE DU MANUEL DU PROPRIÉTAIRE. Le non-respect de ces directives annulera la garantie.
- Au moment de descendre le pont du tapis roulant, attendez que les pieds arrière reposent fermement sur le sol avant de monter sur le pont.
- Mettez l’équipement hors tension avant d’effectuer un entretien ou de le déplacer. Pour le nettoyer, essuyez les surfaces avec du savon et un chiffon légèrement humide seulement; n’utilisez jamais de solvants. (Consultez le chapitre ENTRETIEN)
- Le tapis roulant ne doit pas être laissé sans surveillance lorsqu’il est branché. Débranchez l’appareil de la prise lorsqu’il n’est pas utilisé, et avant d’ajouter ou d’enlever des pièces.
- N’utilisez pas le tapis roulant sous une couverture ou un oreiller. Une chaleur excessive peut alors se produire et causer un incendie, un choc électrique ou des blessures.
- Connectez cet appareil uniquement à une prise appropriée de mise à la terre.





AVERTISSEMENT

POUR RÉDUIRE LES RISQUES DE BRÛLURES, D'ÉLECTROCUTION ET DE BLESSURES :

- En AUCUN temps, les enfants de moins de 13 ans ou les animaux ne devraient se trouver à moins de 10 pieds de la machine.
- En AUCUN temps, les enfants de moins de 13 ans ne devraient utiliser le tapis roulant.
- Les enfants de plus de 13 ans ou les personnes souffrant d'un handicap ne doivent pas utiliser le tapis roulant sans la supervision d'un adulte.
- Utilisez le tapis roulant uniquement aux fins prévues comme il est décrit dans le guide du tapis roulant et le manuel du propriétaire.
- N'utilisez pas d'autres accessoires qui ne sont pas recommandés par le fabricant. Les accessoires peuvent causer des blessures.
- N'utilisez jamais le tapis roulant si le cordon ou la fiche est endommagé, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il a été échappé ou endommagé ou encore s'il a été immergé dans l'eau. Communiquez avec le soutien technique à la clientèle au numéro indiqué au verso du manuel pour prendre un rendez-vous pour le service.
- Tenez le cordon d'alimentation éloigné des surfaces chaudes. Ne transportez pas cet appareil par son cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.
- N'utilisez jamais le tapis roulant si l'ouverture d'air est bloquée. Tenez l'ouverture d'air propre et exempte de peluche, de cheveux, etc.
- Pour éviter tout choc électrique, n'échappez ni n'insérez jamais un objet dans toute ouverture de l'équipement.
- Ne vous servez pas du vélo si des générateurs d'aérosol (des pulvérisateurs) sont utilisés ou lorsqu'on administre de l'oxygène.
- Pour débrancher l'équipement, réglez toutes les commandes à la position OFF, puis retirez la fiche de la prise.
- N'utilisez pas ce tapis roulant dans un endroit où la température n'est pas contrôlée, comme, entre autres, des garages, des vérandas, des salles de piscines, des salles de bain, des abris d'auto ou à l'extérieur. Le non-respect de ces directives annulera la garantie.
- Ce tapis roulant est prévu uniquement pour un usage à la maison. N'utilisez pas ce tapis roulant dans un environnement commercial, de location, scolaire ou institutionnel. Le non-respect de ces directives annulera la garantie.
- N'enlevez pas les garnitures de console à moins d'en avoir reçu les directives du Soutien technique à la clientèle. L'entretien et les réparations ne doivent être effectués que par un technicien en entretien et en réparation autorisé.

Il est essentiel de n'utiliser le tapis roulant qu'à l'intérieur, dans une pièce climatisée. Si votre tapis roulant a été exposé à des températures basses ou à un climat très humide, il est fortement recommandé de le laisser réchauffer à la température ambiante avant la première utilisation. Le non-respect de cette directive peut entraîner une défectuosité électronique prématurée.

AVERTISSEMENT

Ce produit contient des produits chimiques reconnus par l'État de Californie pour causer le cancer et des malformations congénitales ou autres problèmes de reproduction.

INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Cet appareil doit être mis à la terre. Si le tapis roulant ne fonctionne pas convenablement ou s'il brise, la mise à la terre offre un passage de résistance moindre au courant électrique, réduisant ainsi le risque d'électrocution. Cet appareil est équipé d'un cordon ayant un conducteur de terre et d'une prise de terre. La prise doit être branchée dans une prise électrique correctement installée et mise à la terre et en règle avec tous les codes et règlements locaux.



DANGER

Un branchement inapproprié de l'équipement assurant la mise à la terre possède un risque d'électrocution. Vérifiez auprès d'un électricien ou d'un technicien compétent en cas de doute sur la mise à la terre de l'appareil. Ne modifiez pas la fiche d'alimentation fournie avec l'appareil. Si elle ne convient pas à votre prise de courant, faites installer une nouvelle prise de courant par un électricien qualifié.

Ce produit doit être utilisé sur un circuit nominal de 110-120 V et comporte une fiche de mise à la terre qui ressemble à la fiche de l'illustration. Assurez-vous que le produit est branché à une prise dont la configuration est identique à la fiche. Aucun adaptateur doit être utilisé avec ce produit.

Cet appareil doit être alimenté par un circuit dédié à cet effet. Pour déterminer si c'est bien le cas, coupez l'alimentation au circuit et observez si d'autres appareils s'éteignent. Si oui, déplacez ces appareils vers d'autres circuits. Remarque : Un même circuit comporte habituellement plusieurs prises. Ce tapis roulant doit être utilisé avec un circuit d'au moins 20 A.



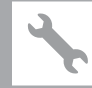




Connectez cet appareil uniquement à une prise appropriée de mise à la terre.

Ne faites jamais fonctionner l'appareil dont l'un des cordons ou l'une des prises est endommagé(e), même s'ils fonctionnent correctement. Ne faites jamais fonctionner un produit qui semble endommagé ou qui a été plongé dans l'eau. Communiquez avec le soutien technique à la clientèle pour des pièces de remplacement ou une réparation.

ASSEMBLAGE



⚠ AVERTISSEMENT

Le processus d’assemblage comporte certaines étapes auxquelles il faut faire particulièrement attention. Il est très important de suivre les instructions d’assemblage à la lettre et de vérifier que toutes les pièces sont serrées fermement. Si on ne suit pas correctement les instructions d’assemblage, certaines parties du tapis roulant pourraient être mal serrées et bouger et elles pourraient causer des bruits irritants. Pour éviter les dommages au tapis roulant, relisez les instructions d’assemblage et prenez les mesures correctives qui s’imposent.

Avant de procéder, repérez le numéro de série de votre tapis roulant situé sur l’étiquette de code-barres blanche près de l’interrupteur marche/arrêt et le cordon d’alimentation et inscrivez-le dans l’espace ci-dessous.

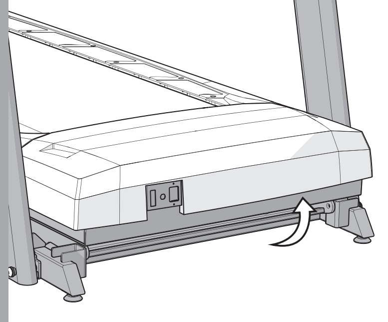
INSCRIVEZ LE NUMÉRO DE SÉRIE ET LE NOM DU MODÈLE DANS LES CASES CI-DESSOUS :

NUMÉRO DE SÉRIE :

TM	

NOM DU MODÈLE : **TAPIS ROULANT** ________ **HORIZON**

EMPLACEMENT DU NUMÉRO DE SÉRIE



» Référez-vous au NUMÉRO DE SÉRIE et au NOM DU MODÈLE lorsque vous appelez pour le service.



AFFICHAGE ET COMMANDES DE LA CONSOLE

HAUT-PARLEURS

CONSOLE

PORTE-BOUTEILLE

POIGNÉES À FRÉQUENCE CARDIAQUE

INTERRUPTEUR MARCHE/ARRÊT

CORDON D'ALIMENTATION

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS À HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

1

2

ROULETTES DE TRANSPORT

PÉDALE DE VERROUILLAGE (SOUS LA PLATE-FORME)

SUPPORT DE LECTURE

VENTILATEUR DE CONSOLE

GUIDONS

PLACEMENT DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ

CAUTION RISK OF INJURIES TO PERSONS:
ATTACH SAFETY KEY CLIP TO CLOTHING BEFORE STARTING. TO AVOID INJURY, STAND ON THE SIDE RAILS BEFORE STARTING TREADMILL. READ AND FOLLOW ALL INSTRUCTIONS BEFORE OPERATING. KEEP CHILDREN AWAY FROM THIS EQUIPMENT. REMOVE SAFETY KEY WHEN NOT IN USE AND STORE OUT OF REACH OF CHILDREN. CONSULT A PHYSICIAN BEFORE USING THIS EQUIPMENT. STOP EXERCISING IF YOU FEEL PAIN, FAINT, DIZZY OR SHORT OF BREATH. KEEP BODY AND CLOTHING FREE AND CLEAR OF ALL MOVING PARTS. FOR CONSUMER USE ONLY.

ATTENTION RISQUE DE BLESSURES:
ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE COMMENCER. POUR ÉVITER TOUTES BLESSURES, SE TENIR SUR LES RIDELLES AVANT DE DÉMARRER LE TAPIS ROULANT. AVANT USAGE, LIRE LE GUIDE D'UTILISATEUR. NE PAS LAISSER CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. ENLEVER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE LE TAPIS ROULANT N'EST PAS UTILISÉ ET LA RANGER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. ARRÊTER D'UTILISER L'APPAREIL EN CAS DE DOULEUR, D'ÉVANOUISSEMENT, DE VERTIGE OU D'ESSOUFFLEMENT. GARDER LE CORPS ET LES VÊTEMENTS LIBRE DES PIÈCES EN MOUVEMENT. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

PRECAUCIÓN EL RIESGO DE UNA LESION A PERSONAS:
SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR ACCIDENTES PARESE EN LO RIELES ANTES DE COMENZAR. LEA CUIDADOSAMENTE EL MANUAL DE USUARIO Y CONSULTE A SU MEDICO ANTES DE COMENZAR. MANTENGA EL PRODUCTO FUERA DEL ALCANZE DE LOS MENORES. QUITE LA LLAVE DE SEGURIDAD CUANDO NO ESTE EN USO. CONSULTAR CON UN MEDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. SI SIENTE ALGUN DOLOR O FATIGA PARE DE INMEDIATO. MANTENER SU CUERPO Y VESTIMENTA LEJOS DE TODAS LAS PARTES EN MOVIMIENTO DE LA MAQUINA. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

MONTANT DE LA CONSOLE

COUVERCLE DU MOTEUR

COURROIE/PLATE-FORME DE COURSE

TENSION DU ROULEAU ARRIÈRE ET BOULONS D'AJUSTEMENT

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA.

RAIL LATÉRAL

PRÉ ASSEMBLAGE



OUTILS REQUIS :

- ☐ Clé à manche en T, de 6 mm (incluse)
- ☐ Clé à manche en L, de 6 mm (incluse)
- ☐ Tournevis (non inclus)

PIÈCES COMPRISES :

- ☐ 2 mâts de la console
- ☐ 1 ensemble de console
- ☐ 2 pochettes de console
- ☐ 1 trousse de quincaillerie
- ☐ 1 clé de sécurité
- ☐ 1 cordon d'alimentation
- ☐ 1 câble adaptateur audio
- ☐ 1 bouteille de lubrifiant au silicone (suffisant pour 2 applications)

BESOIN D'AIDE?

Si vous avez des questions ou s'il y a des pièces manquantes, communiquez avec le soutien technique. Les coordonnées figurent au verso de ce manuel.

DÉBALLAGE

Placez l'emballage du tapis roulant sur une surface plane. Il est conseillé de placer une toile de protection sur le sol. Prenez des PRÉCAUTIONS pour le maniement et le transport de la machine. N'ouvrez jamais la boîte lorsqu'elle se trouve sur le côté. Après avoir retiré les bandes d'emballage, ne tentez pas de transporter la machine tant qu'elle n'a pas été complètement assemblée et placée dans sa position verticale pliée et que la goupille de verrouillage n'a pas été bien sécurisée. Déballez et assemblez l'appareil là ou il sera utilisé. Ce tapis roulant est équipé d'amortisseurs à haute pression qui peuvent se déployer soudainement en cas de manipulation incorrecte. Ne saisissez jamais une partie quelconque du cadre d'inclinaison et ne tentez pas de soulever ou de déplacer le tapis roulant.

⚠ AVERTISSEMENT

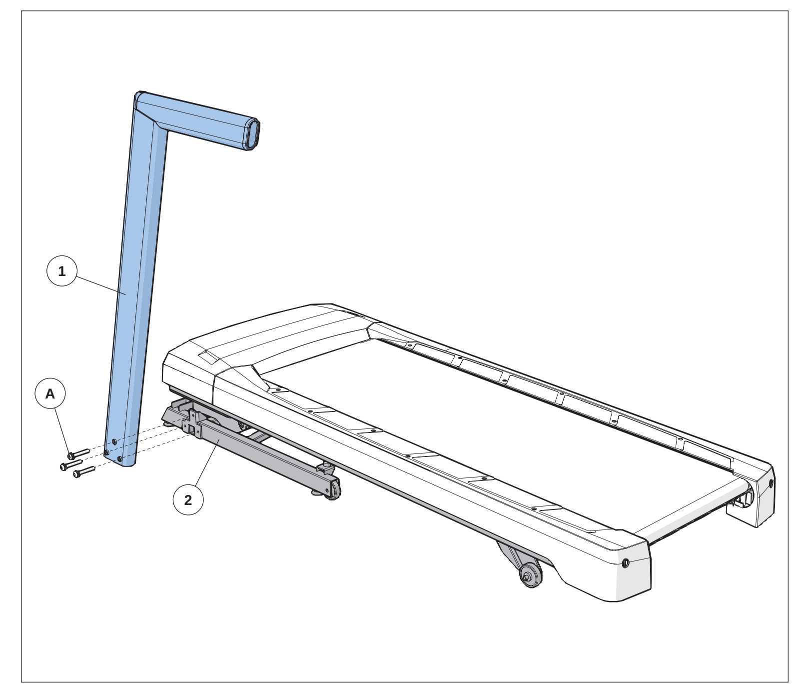
- NE TENTEZ PAS DE SOULEVER LE TAPIS ROULANT! Ne déplacez pas le tapis roulant ou ne le sortez pas de son emballage avant que ce ne soit spécifié dans les instructions d'assemblage. Vous pouvez enlever l'emballage plastique des mâts de console.
- LE NON-RESPECT DE CES DIRECTIVES PEUT CAUSER DES BLESSURES!

⚠ REMARQUES IMPORTANTES

- À chaque étape de l'assemblage, assurez-vous que TOUS les boulons et les vis sont en place et partiellement vissés. Il est recommandé de compléter l'assemblage avant de serrer N'IMPORTE des boulons.
- Beaucoup de pièces sont légèrement pré-graissées pour faciliter l'assemblage et l'usage. Ne les essuyez-pas. Si vous rencontrez de difficultés, une légère application de la graisse de lithium pour vélos est recommandée.



ASSEMBLAGE **ÉTAPE 1**



QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 1			
PIÈCE	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
A	BOULON HEXAGONAL	M8X1.25PX60L	3

A Coupez les courroies d'emballage jaune et soulevez la plate-forme de course pour enlever tous le contenu qui se trouvent en-dessous.

B Ouvrez le sac de **QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 1**.

C Fixez le **MÂT GAUCHE DE LA CONSOLE (1)** au **CADRE PRINCIPAL (2)** à l'aide de **3 BOULONS (A)**.

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 2**





QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 2			
PIÈCE	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
A	BOULON HEXAGONAL	M8X1.25PX60L	3

A Tirez le **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** à l'écart du cadre de la base du tapis roulant. Branchez le **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** du **CADRE PRINCIPAL (2)** au **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** dans le bas du **MÂT DROIT DE LA CONSOLE (4)**. L'autre bout du **CÂBLE DE LA CONSOLE** doit être situé sur le dessus du mât.

B Ouvrez le sac de **QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 2**.

C Fixez le **MÂT DROIT DE LA CONSOLE (4)** au **CADRE PRINCIPAL (2)** à l'aide de **3 BOULONS (A)**.

REMARQUE : Prenez garde de ne pas pincer les câbles lors de l'installation du mât droit de la console.

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 3**



QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 3			
PIÈCE	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
B	VIS	4X12L	8

A Ouvrez le sac de **QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 3**.

B Tournez la **CONSOLE (5)** et alignez les **POCHETTES DE LA CONSOLE (6)** avec les trous des vis.

À NOTER : Avant de serrer les porte-bidon, assurez-vous que les onglets d'ajustements sont en dehors de la cavité du porte-bidon.

C Fixez les **POCHETTES DE LA CONSOLE (6)** à la **CONSOLE (5)** à l'aide de 8 **VIS (B)**.

À NOTER : Si nécessaire après l'assemblage, desserrez doucement les vis pour les bien insérer et évitez de briser les onglets d'ajustements.

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 4**



QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 4			
PIÈCE	**TYPE**	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
C	BOULON HEXAGONAL	M8X1.25PX15L	4

A Ouvrez le sac de **QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 4**.

B Déposez délicatement la **CONSOLE (5)** sur les **MÂTS DE LA CONSOLE (1 ET 4)**.

REMARQUE : Prenez garde de ne pas pincer les câbles de console en la fixant.

C Branchez les **CÂBLES DE LA CONSOLE (3)** et assurez-vous que les câbles sont à l'intérieur du **CONSOLE (5)**.

D Branchez la **CONSOLE (5)** au **MÂT DROIT DE LA CONSOLE (4)** à l'aide de 2 **BOULONS (C)**.

E Répétez l'ÉTAPE D sur le côté gauche.

ASSEMBLAGE TERMINÉ!

Avant la première utilisation, appliquez une peu de lubrifiant à la plate-forme du tapis roulant selon les instructions dans la section ENTRETIEN dans le guide DU TAPIS ROULANT.

FONCTIONNEMENT DU TAPIS ROULANT



Cette section explique comment utiliser la console de votre tapis roulant et comment la programmer. La section des FONCTIONNEMENTS DE BASE dans le GUIDE DU TAPIS ROULANT comprend des directives sur les points suivants :

- **EMPLACEMENT DU TAPIS ROULANT**
- **UTILISATION DE LA CLÉ DE SÛRETÉ**
- **PLIAGE DU TAPIS ROULANT**
- **DÉPLACEMENT DU TAPIS ROULANT**
- **MISE À NIVEAU DU TAPIS ROULANT**
- **TENSIONNEMENT DE LA COURROIE**
- **CENTRAGE DE LA COURROIE**
- **UTILISATION DU CARDIO-FRÉQUENCEMÈTRE**



Q I A K Q

E D

B C

F G

R R R

H J N P O L M

HORIZON
FITNESS

incline
speed
time
distance
calories

manual
steps
calories
distance
intervals

workout setup

enter

start
pause

stop
hold to reset

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE



Remarque : Il y a une fine pellicule protectrice en plastique transparent sur la console que vous devez enlever avant d'utiliser la machine.

A) **FENÊTRE D'AFFICHAGE ACL :** Durée, distance, calories, inclinaison, vitesse, fréquence cardiaque et ventilateur.

B) **TOUCHES ∨∧ de programmation :** Utilisées pour parcourir les programmes et la configuration de l'utilisateur.

C) **ENTER (ENTRER) :** Utilisé pour confirmer une sélection.

D) **INDICATEUR DE L'ÉCONOMISEUR D'ENERGIE :** Indique si l'appareil est en mode économiseur d'énergie.

E) **TOUCHES DES PROGRAMMES :** Appuyez pour sélectionner la séance d'entraînement.

F) **PRISE D'ENTRÉE AUDIO :** Branchez votre lecteur de média dans la console à l'aide du câble adaptateur audio inclus.

G) **VOLUME :** Utilisé pour augmenter ou baisser le volume.

H) **TOUCHE DU VENTILATEUR :** Appuyez pour allumer ou fermer le ventilateur.

I) **TOUCHES RAPIDES D'INCLINAISON :** Utilisées pour atteindre l'inclinaison désirée rapidement.

J) **TOUCHES ∨∧ D'INCLINAISON :** Utilisées pour ajuster le niveau d'inclinaison.

K) **TOUCHES RAPIDES DE VITESSE :** Utilisées pour atteindre la vitesse désirée rapidement.

L) **TOUCHES ∨∧ DE VITESSE :** Utilisées pour ajuster le niveau de la vitesse.

M) **SUPPORT DE LECTURE :** Supporte tout document de lecture.

N) **START / PAUSE (DÉMARRER/PAUSE) :** Utilisé pour démarrer une séance de conditionnement physique, de la mettre en pause et pour redémarrer suite à une pause.

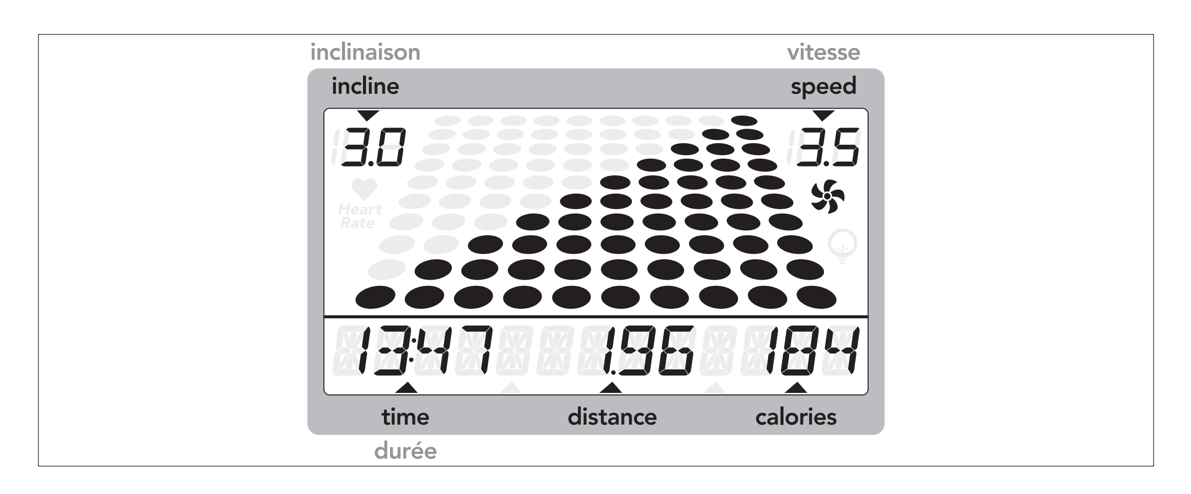
O) **STOP / HOLD TO RESET (ARRÊT/TENIR POUR RÉINITIALISER) :** Utilisé pour arrêter la machine et pour réinitialiser la machine lorsqu'il est maintenu enfoncé.

P) **CLÉ DE SÉCURITÉ :** Active le tapis roulant lorsque la clé de sécurité est insérée.

Q) **HAUT-PARLEURS :** Diffuse la musique par les haut-parleurs lorsqu'ils sont branchés à votre lecteur de média.

R) **POCHETTES DE STORAGE :** Pour entreposer des articles personnels, par exemple, une bouteille d'eau que vous avez apportée.





FENÊTRE D’AFFICHAGE

- **DURÉE :** Indiquée en minutes : secondes. Consultez la durée restante ou la durée passée pendant votre entraînement.
- **DISTANCE :** Indiquée en milles. Indique la distance parcourue ou la distance restante de votre entraînement.
- **CALORIES :** Nombre total de calories brûlées ou restantes pour votre entraînement.
- **INCLINAISON :** Indiquée en pourcentage. Indique le niveau de l’inclinaison de la surface de course.
- **VITESSE :** Indiquée en mi/hIndique la vitesse de déplacement de la courroie.
- **FRÉQUENCE CARDIAQUE :** Indiquée en BPM (battements par minute). Utilisé pour suivre la fréquence cardiaque (s’affiche lorsque le contact est établi avec les deux poignées du cardiofréquencemètre).
- **PROFILS DES PROGRAMMES :** Représente le profil du programme utilisé (vitesse lors de programmes basés sur la vitesse et inclinaison lors de programmes basés sur les inclinaisons).
- **VENTILATEUR :** Indique que le ventilateur est activé.
- **ÉCONOMISEUR D’ÉNERGIE :** Indique lorsque la machine est en mode d’économiseur d’énergie pour conserver la consommation.

POUR COMMENCER

1) Assurez-vous qu'il n'y aucun objet placé sur la courroie qui pourrait nuire aux déplacements du tapis roulant.
2) Branchez le cordon d'alimentation et mettez le tapis roulant sous tension.
3) Tenez-vous sur les rails latéraux du tapis roulant.
4) Fixez la clé de sécurité à une partie de vos vêtements et assurez-vous qu'elle est bien sécurisée et ne se détachera pas pendant le fonctionnement.
5) Insérez la clé de sécurité dans la serrure de la console.
6) Réglez le poids de l'utilisateur à l'aide de ∨∧ et appuyez sur ENTER.
7) Vous avez deux options pour démarrer votre entraînement :



A) MISE EN MARCHE RAPIDE

Appuyez simplement sur la touche START (Démarrer) pour commencer à faire de l'exercice. Le temps, la distance et les calories commenceront à compter à partir de zéro. OU...

B) SÉLECTIONNEZ UN ENTRAÎNEMENT

1) Appuyez sur le BOUTON pour l'ENTRAÎNEMENT désiré et appuyez sur ENTER.
2) Sélectionnez le niveau de l'objectif de l'entraînement à l'aide de ∨∧ et appuyez sur ENTER.
3) Réglez les informations pour le programme d'entraînement à l'aide de ∨∧ (consultez les informations du programme pour les configurations nécessaires) et appuyez sur ENTER après chaque sélection.
4) Appuyez sur START (démarrer) pour commencer votre entraînement.

REMARQUE : Vous pouvez ajuster la vitesse et l'inclinaison pendant votre entraînement.

LA FIN DE VOTRE ENTRAÎNEMENT

Lorsque votre entraînement est complet, la console indiquera « entraînement complété » et émettra un bip. Vos renseignements d'entraînement resteront affichés sur la console pendant 30 secondes et se remettront à zéro par la suite.

POUR RÉINITIALISER LA CONSOLE

Tenez LA TOUCHE stop (arrêt) pendant 3 secondes.

POUR EFFACER LA SÉLECTION ACTUELLE

Pour effacer le programme ou affichage actuel, tenez la touche stop (arrêt) pendant 3 secondes.

RENSEIGNEMENTS SUR LE PROGRAMME





MANUEL : Vous pouvez ajuster la vitesse et l'inclinaison manuellement pendant votre entraînement. L'utilisateur règle la durée, la vitesse de départ et l'inclinaison.



ÉTAPES : Promouvoit une activité saine avec 10 entraînements basés sur les pas et calculés selon la distance moyenne de l'enjambée. Choisissez un entraînement basé sur 1 000, 2 000, 3 000, 4 000, 5 000, 6 000, 7 000, 8 000, 9 000, et 10 000 pas. L'utilisateur règle la vitesse de départ et l'inclinaison.



CALORIES : Réglez des objectifs pour brûler les calories avec six entraînements. Choisissez un entraînement pour brûler 100, 200, 300, 400, 500, et 600 calories. L'utilisateur entre le poids et règle la vitesse de départ et l'inclinaison. Les calories brûlées sont calculées selon le poids entré et la vitesse et l'inclinaison de l'entraînement.



DISTANCE : Poussez vous plus loin lors de votre entraînement avec 10 entraînements basés sur la distance. Choisissez des buts de 1 mille, 2 milles, 5 k, 5 milles, 10 k, 8 milles, 15 k, 10 milles, 20 k ou un demi-marathon. L'utilisateur règle la vitesse de départ et l'inclinaison.



INTERVALLES : Un entraînement efficace pour brûler les gras qui vous aide à améliorer votre niveau de condition physique. Choisissez parmi des entraînements à intervalles de vitesse, à intervalles de vitesse maximale et à intervalles d'endurance. L'utilisateur règle la durée et le niveau de départ.

INTERVALLES DE VITESSE (10 NIVEAUX)

Les vitesses changent et les segments se répètent à toutes les 90 secondes et 30 secondes

Segment	Réchauffement		1	2	Récupération	
Durée	4:00 mins		90 sec	30 sec	4:00 mins	
Niveau 1	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
Niveau 2	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
Niveau 3	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
Niveau 4	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
Niveau 5	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
Niveau 6	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
Niveau 7	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
Niveau 8	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
Niveau 9	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Niveau 10	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0

INTERVALLES D'ENDURANCE (12 NIVEAUX) - VITESSE SEULEMENT

Segment	Réchauffement		1	2	3	4	5	6	7	8	Récupération	
Durée	4:00 mins		Chaque segment dure 30 secondes et se répète								4:00 mins	
Niveau 1	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.3	1.5
Niveau 2	1.3	1.9	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.6	1.8
Niveau 3	1.5	2.3	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.0
Niveau 4	1.8	2.6	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.4	2.3
Niveau 5	2.0	3.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	3.8	2.5
Niveau 6	2.3	3.4	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.1	2.8
Niveau 7	2.5	3.8	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	4.5	3.0
Niveau 8	2.8	4.1	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	4.9	3.3
Niveau 9	3.0	4.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	5.3	3.5
Niveau 10	3.3	4.9	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	5.6	3.8
Niveau 11	3.0	4.5	7.0	7.5	8.0	8.5	9.0	8.5	8.0	7.5	5.3	3.5
Niveau 12	3.3	4.9	7.5	8.0	8.5	9.0	9.5	9.0	8.5	8.0	5.6	3.8

INTERVALLES DE VITESSE MAXIMALE (10 NIVEAUX)

Les vitesses et l'inclinaison changent et les segments se répètent à toutes les 90 secondes et 30 secondes.

Segment		Réchauffement		1	2	Récupération	
Durée		4:00 mins		90 sec	30 sec	4:00 mins	
Niveau 1	Vitesse	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
	Inclinaison	1.0	1.5	0.5	1.5	1.5	0.0
Niveau 2	Vitesse	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
	Inclinaison	1.5	2.5	3.0	6.5	2.5	1.5
Niveau 3	Vitesse	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
	Inclinaison	2.0	3.0	4.0	7.5	3.0	2.0
Niveau 4	Vitesse	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
	Inclinaison	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Niveau 5	Vitesse	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
	Inclinaison	2.5	3.5	4.5	8.5	3.5	2.5
Niveau 6	Vitesse	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
	Inclinaison	2.5	3.5	4.5	9.0	3.5	2.5
Niveau 7	Vitesse	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
	Inclinaison	2.5	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Niveau 8	Vitesse	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
	Inclinaison	3.0	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Niveau 9	Vitesse	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
	Inclinaison	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0
Niveau 10	Vitesse	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0
	Inclinaison	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0



UTILISATION DE VOTRE LECTEUR DE MÉDIA



1) Branchez le CÂBLE D’ADAPTATEUR AUDIO inclus dans la PRISE AUDIO sur la gauche de la console et la prise des écouteurs dans votre lecteur de média.

2) Utilisez les boutons sur le lecteur de média pour ajuster les paramètres des chansons.

3) Débranchez le CORDON D’ADAPTATEUR AUDIO si non utilisé.

ÉCONOMISEUR D’ÉNERGIE (MODE DE VEILLE)

Cette machine possède une caractéristique spéciale appelée le mode Économiseur d’énergie. Ce mode n’est PAS activé automatiquement. Lorsque le mode économiseur d’énergie est activé, l’afficheur passera automatiquement en mode de veille (mode économiseur d’énergie) suite à 15 minutes d’inactivité. Cette caractéristique économise l’énergie en désactivant une bonne partie de l’alimentation à la machine jusqu’à ce que appuyez sur une touche de la console. Cette fonction peut être activée ou désactivée par le menu d’ingénierie.

Pour accéder au menu d’ingénierie, appuyez sur les touches de l’ ⋀ **INCLINAISON** et de la ⋁ **VITESSE** et tenez-les enfoncées pendant 3 à 5 secondes. Utilisez les touches ⋁⋀ pour naviguer dans le menu jusqu’à ENG 3. Appuyez sur **ENTER** pour le sélectionner. Appuyez sur **ENTER** pour naviguer à P5 dans le menu ENG3. Appuyez sur ⋁⋀ pour sélectionner ENRGY SVE ON or OFF (ÉCONOMISER ÉNERGIE MARCHE ou ARRÊT). Appuyez sur **STOP** et tenez la touche enfoncée pendant 3 à 5 secondes pour sortir du menu ENG 3. Appuyez de nouveau sur **STOP** et maintenez la touche enfoncée pendant 3 à 5 secondes pour sortir du menu d’ingénierie.

GARANTIE LIMITÉE POUR USAGE RÉSIDENTIEL





CAPACITÉ DU POIDS = 136 kilogrammes (300 lbs)

CADRE = À VIE

La garantie du cadre contre les vices de fabrication ou de matériau pendant toute la durée de vie de l'acheteur, à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. (Le cadre se définit comme la base en métal soudé de l'appareil et qui ne comporte aucune pièce amovible.)

MOTEUR DE L'ENTRAÎNEMENT/MOTEUR DE L'ÉLÉVATION = À VIE

La garantie des moteurs de l'entraînement/l'élévation contre les vices de fabrication ou de matériau pendant toute la durée de vie de l'acheteur, à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. La main-d'oeuvre ou l'installation du moteur ne sont pas couvertes par la garantie du moteur.

ÉLÉMENTS ÉLECTRONIQUES ET PIÈCES = 1 AN

La garantie des composants électroniques, la finition et toutes les pièces d'origine pendant la période spécifiée ci-haut à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

MAIN D'OEUVRE = 1 AN

La garantie couvrira les frais de main d'œuvre pour la réparation de l'appareil pendant une période spécifiée ci-dessus à compter de la date originale d'achat, tant que l'appareil demeurera dans la possession du propriétaire original.

EXCLUSIONS ET LIMITATIONS

Qui EST couvert :

- Le propriétaire original et la garantie n'est pas transférable.

Ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement du moteur défectueux, de composants électroniques défectueux ou de pièces défectueuses constituent les seuls correctifs au titre de la garantie.

Ce qui n'est PAS couvert :

- L'usure normale, l'assemblage ou l'entretien incorrects ou l'installation de pièces ou d'accessoires incompatibles ou non destinés à l'équipement tel qu'il est vendu.
- Les dommages ou la défaillance dus à un accident, l'utilisation abusive, la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, la négligence, le vol, le vandalisme, l'incendie, l'inondation, le vent, la foudre, le gel ou d'autres catastrophes naturelles quelle qu'en soit la nature, une réduction, fluctuation ou défaillance d'alimentation de quelque origine que ce soit, des conditions atmosphériques inhabituelles, une collision, l'introduction d'objets étrangers dans l'unité ou des modifications non autorisées ou non recommandées par le fabricant.
- Dommages accessoires ou indirects. Le fabricant n'est pas responsable des dommages indirects, spéciaux ou accessoires, des pertes économiques, des pertes matérielles ou de profits, des privations de jouissance ou d'utilisation, ou d'autres dommages accessoires de quelque nature que ce soit en relation

avec l'achat, l'utilisation, la réparation ou l'entretien de l'équipement. Le fabricant ne consent aucune compensation monétaire ou autre pour de telles réparations ou le coût des pièces de rechange, y compris notamment les cotisations d'organismes sportifs, pertes de temps de travail, visites de diagnostic, visites d'entretien ou frais de transport.

- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par le fabricant.
- Équipement opéré ou dont le propriétaire demeure à l'extérieur des États-Unis et le Canada.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, le réglage des unités d'origine ou de remplacement ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.
- Toute tentative de réparation de cet équipement crée un risque de blessure. Le fabricant n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par quiconque autre qu'un technicien accrédité. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS et le fabricant décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.
- Si la garantie du manufacturier n'est plus valide mais que vous avez une garantie prolongée, référez-vous à cette garantie prolongée pour les coordonnées de contact concernant les demandes de service ou de réparation sous garantie.

SERVICE/RETOURS

- Le service à domicile est disponible à l'intérieur de 240 km (150 milles) du Détaillant de service autorisé le plus près (pour une distance de plus de 240 km (150 milles) du détaillant de service le plus près, le service sera la responsabilité du consommateur).
- Tous les retours doivent être pré-autorisés par le fabricant.
- Les obligations du fabricant en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion du fabricant, par le même modèle ou un modèle comparable.
- Le fabricant peut exiger que les composantes défectueuses soient retournées au fabricant une fois la garantie terminée accompagnées d'une étiquette de retour prépayée. Si on vous a demandé de retourner des pièces et vous n'avez pas reçu d'étiquette, veuillez communiquer avec le soutien technique à la clientèle.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par le fabricant ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie vous confère des droits légaux précis et vos droits peuvent varier d'une province à l'autre.



ESPAÑOL

PRECAUCIONES IMPORTANTES



CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

Cuando se usa un producto eléctrico, se deben tomar precauciones básicas, incluidas las siguientes: Lea todas las instrucciones antes de utilizar esta caminadora. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de esta caminadora estén informados adecuadamente de todas las advertencias y las precauciones. Si tiene preguntas después de leer esta guía, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica a clientes al número indicado en la contraportada del MANUAL DEL PROPIETARIO.

Esta caminadora está destinada únicamente para uso doméstico. No utilice la caminadora en ningún entorno comercial, de alquiler, escolar o institucional. El incumplimiento de ese requisito invalidará la garantía.



PELIGRO

PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

Siempre desconecte la caminadora del tomacorriente inmediatamente después de su uso, antes de limpiarla, al realizar trabajos de mantenimiento y al añadirle o quitarle piezas.



ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGA ELÉCTRICA O LESIONES:

- Nunca utilice la caminadora antes de asegurar el broche de sujeción a su ropa.
- Si experimenta algún tipo de malestar, como dolores de pecho, náuseas, mareos o dificultad para respirar, interrumpa el ejercicio de inmediato y consulte a su médico antes de continuar.
- Al hacer ejercicio, siempre mantenga un ritmo que le resulte cómodo.
- No use ropa que pudiera quedar atrapada en cualquier parte de la caminadora.
- Siempre use zapatos deportivos cuando utilice este equipo.
- No salte en la caminadora.
- En ningún momento debe haber más de una persona sobre la caminadora mientras esté en funcionamiento.
- Las personas que pesen más de lo especificado en la SECCIÓN DE GARANTÍA DEL MANUAL DEL PROPIETARIO no deben utilizar la caminadora. El incumplimiento de ese requisito invalidará la garantía.
- Al hacer descender la plataforma de la caminadora, espere a que las patas traseras queden firmes sobre el piso antes de pisar.
- Desconecte la alimentación eléctrica antes de mover o realizar un servicio técnico al equipo. Para limpiar, pase un paño apenas húmedo con jabón únicamente;nunca utilice solventes. (Consulte MANTENIMIENTO).
- La caminadora nunca debe quedar desatendida cuando esté conectada. Desconecte la unidad del tomacorriente cuando no la utilice y antes de añadirle o quitarle piezas.
- Nunca la ponga a funcionar bajo un cobertor o cojín. Puede generar calor excesivo y provocar un incendio, descarga eléctrica o lesiones.
- Únicamente, conecte este producto de ejercicios a un tomacorriente debidamente conectado.





PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGA ELÉCTRICA O LESIONES:

- Los niños menores de 13 años y las mascotas NUNCA deben estar a menos de 10 pies de distancia de la máquina.
- Los niños menores de 13 años NUNCA deben utilizar la caminadora.
- Los niños mayores de 13 años o las personas minusválidas no deben utilizar la caminadora sin la supervisión de un adulto.
- Utilice la caminadora únicamente para el uso previsto, tal como se describe en la guía de la caminadora y el manual del propietario.
- No utilice accesorios que no recomiende el fabricante. Los accesorios pueden provocar lesiones.
- Nunca ponga en funcionamiento la caminadora si tiene un cable o enchufe dañados, si no está funcionando bien, si se ha caído, dañado o se ha sumergido en agua. Comuníquese con el Servicio de asistencia técnica para clientes al número en la contraportada para programar el servicio técnico.
- Mantenga el cable alejado de superficies calientes. No mueva la unidad por el cable de suministro eléctrico ni utilice el cable como agarradera.
- Nunca ponga en funcionamiento la caminadora con la abertura de aire obstruida. Mantenga la abertura de aire limpia, sin pelusas, cabellos, etc.
- Para evitar descargas eléctricas, nunca deje caer ni introduzca ningún tipo de objetos en ninguna abertura.
- No ponga el equipo en funcionamiento donde se utilicen productos en aerosol o cuando se administre oxígeno.
- Para desconectarla, apague todos los controles y póngalos en la posición "Off" [apagado]; después, saque el enchufe del tomacorriente.
- No utilice la caminadora en lugares donde no haya control de temperatura, como cocheras, pórticos, zonas de albercas cubiertas, baños, cobertizos o en exteriores. El incumplimiento de ese requisito puede invalidar la garantía.
- Esta caminadora está destinada únicamente para uso doméstico. No utilice la caminadora en ningún entorno comercial, de alquiler, escolar o institucional. El incumplimiento de ese requisito invalidará la garantía.
- No quite las cubiertas de la consola, a menos que así lo indique el Servicio de asistencia técnica para clientes. Solo un técnico de servicio autorizado debe realizar el mantenimiento.

Es esencial que la caminadora se utilice únicamente en interiores, en una habitación con temperatura controlada. Si la caminadora ha sido expuesta a temperaturas más frías o a climas de mucha humedad, se recomienda templarla a temperatura ambiente antes del primer uso. De lo contrario, podría generarse una falla electrónica prematura.

ADVERTENCIA

Este producto contiene sustancias químicas que el Estado de California sabe que pueden causar cáncer y defectos congénitos u otros daños reproductivos.

INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA

Este producto debe conectarse a tierra. En el caso de que una caminadora se averíe o funcione incorrectamente, la conexión a tierra proporciona un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica a fin de reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe conectarse a un tomacorriente adecuado que esté debidamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con los códigos y las ordenanzas locales.

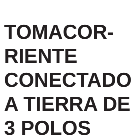


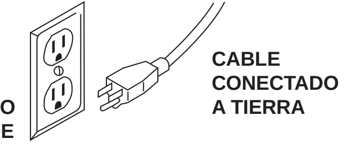
PELIGRO

Una mala conexión del conductor de conexión a tierra del equipo puede generar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista calificado si tiene dudas en cuanto a la conexión a tierra apropiada del producto. No modifique el enchufe suministrado con el producto. Si no entra en el tomacorriente, pida a un electricista calificado que instale uno apropiado.

Este producto deberá utilizarse en un circuito nominal de 110-120 voltios y tiene un enchufe de conexión a tierra como el de la ilustración. Asegúrese de que el producto esté conectado a un tomacorriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No debe usarse ningún adaptador con este producto.

Este producto se debe utilizar con un circuito dedicado. Para determinar si está en un circuito dedicado, desconecte la alimentación a ese circuito y observe si cualquier otro dispositivo pierde energía. Si así fuera, mueva los dispositivos a un circuito diferente. Nota: Generalmente existen múltiples tomacorrientes en un circuito. Esta caminadora se debe utilizar con un circuito de 20 amperios como mínimo.



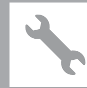




Únicamente, conecte este producto de ejercicios a un tomacorriente debidamente conectado.

Nunca ponga en funcionamiento el producto con un cable o enchufe dañado, incluso si funciona correctamente. Nunca ponga en funcionamiento ningún producto si parece dañado o ha sido sumergido en agua. Para sustituciones o reparaciones, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica para clientes.

ENSAMBLAJE



ADVERTENCIA

Durante el proceso de ensamblaje de la caminadora, hay varias áreas a las que se debe prestar atención especial. Es muy importante seguir las instrucciones de ensamblaje correctamente y asegurarse de que todas las piezas estén ajustadas con firmeza. Si no se siguen correctamente las instrucciones de ensamblaje, algunas piezas de la caminadora podrían quedar sueltas y causar ruidos irritantes. Para evitar daños a la caminadora, es necesario repasar las instrucciones de ensamblaje y hacer las correcciones necesarias.

Antes de proceder, encuentre el número de serie de la caminadora que se ubica en una etiqueta con el código de barras cerca del interruptor de encendido/apagado y del cable e ingréselo en el espacio que aparece debajo.

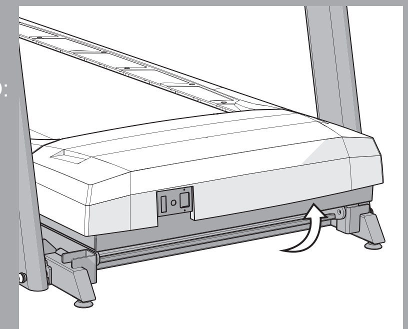
INTRODUZCA SU NÚMERO DE SERIE Y NOMBRE DE MODELO EN EL ESPACIO DEBAJO:

NÚMERO DE SERIE:

TM	

NOMBRE DE MODELO: **CAMINADORA** ________ **HORIZON**

UBICACIÓN DEL NÚMERO DE SERIE



» Cuando llame para solicitar servicio técnico, haga referencia al NÚMERO DE SERIE y al NOMBRE DE MODELO.



PANTALLA Y CONTROLES DE LA CONSOLA

ALTAVOCES

CONSOLA

SOPORTE PARA BOTELLA DE AGUA

BARRAS DE LAS EMPUÑADURAS CON SENSOR DE PULSO CARDÍACO

INTERRUPTOR DE ENCENDIDO/APAGADO

CABLE DE CORRIENTE

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS À HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

1

2

RUEDA DE TRANSPORTE

MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE (DEBAJO DE LA PLATAFORMA)

ESTANTE DE LECTURA

VENTILADOR DE LA CONSOLA

BARRAS DE SUJECIÓN

UBICACIÓN DE LA LLAVE DE SEGURIDAD

CAUTION RISK OF INJURIES TO PERSONS:
ATTACH SAFETY KEY CLIP TO CLOTHING BEFORE STARTING. TO AVOID INJURY, STAND ON THE SIDE RAILS BEFORE STARTING TREADMILL. READ AND FOLLOW ALL INSTRUCTIONS BEFORE OPERATING. KEEP CHILDREN AWAY FROM THIS EQUIPMENT. REMOVE SAFETY KEY WHEN NOT IN USE AND STORE OUT OF REACH OF CHILDREN. CONSULT A PHYSICIAN BEFORE USING THIS EQUIPMENT. STOP EXERCISING IF YOU FEEL PAIN, FAINT, DIZZY OR SHORT OF BREATH. KEEP BODY AND CLOTHING FREE AND CLEAR OF ALL MOVING PARTS. FOR CONSUMER USE ONLY.

ATTENTION RISQUE DE BLESSURES:
ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE COMMENCER. POUR ÉVITER TOUTES BLESSURES, SE TENIR SUR LES RIDELLES AVANT DE DÉMARRER LE TAPIS ROULANT. AVANT USAGE, LIRE LE GUIDE D'UTILISATEUR. NE PAS LAISSER CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. ENLEVER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE LE TAPIS ROULANT N'EST PAS UTILISÉ ET LA RANGER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. ARRÊTER D'UTILISER L'APPAREIL EN CAS DE DOULEUR, D'ÉVANOUISSEMENT, DE VERTIGE OU D'ESSOUFFLEMENT. GARDER LE CORPS ET LES VÊTEMENTS LIBRE DES PIÈCES EN MOUVEMENT. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

PRECAUCIÓN EL RIESGO DE UNA LESION A PERSONAS:
SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR ACCIDENTES PARESE EN LO RIELES ANTES DE COMENZAR. LEA CUIDADOSAMENTE EL MANUAL DE USUARIO Y CONSULTE A SU MEDICO ANTES DE COMENZAR. MANTENGA EL PRODUCTO FUERA DEL ALCANZE DE LOS MENORES. QUITE LA LLAVE DE SEGURIDAD CUANDO NO ESTE EN USO. CONSULTAR CON UN MEDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. SI SIENTE ALGUN DOLOR O FATIGA PARE DE INMEDIATO. MANTENER SU CUERPO Y VESTIMENTA LEJOS DE TODAS LAS PARTES EN MOVIMIENTO DE LA MAQUINA. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

POSTE DE LA CONSOLA

CUBIERTA DEL MOTOR

CINTA/PLATAFORMA PARA CORRER

PERNOS DE AJUSTE Y TENSIÓN DE RODILLOS TRASEROS

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA.

RIEL LATERAL

HERRAMIENTAS REQUERIDAS:

- ☐ Llave en T de 6 mm (incluida)
- ☐ Llave en L de 6 mm (incluida)
- ☐ Destornillador (no incluido)

PIEZAS INCLUIDAS:

- ☐ 2 postes de consola
- ☐ 1 conjunto de consola
- ☐ 2 bolsillos de consola
- ☐ 1 juego de tornillería
- ☐ 1 llave de seguridad
- ☐ 1 cable de corriente
- ☐ 1 cable adaptador de audio
- ☐ 1 botella de lubricante de silicona (para 2 aplicaciones)

¿NECESITA AYUDA?

Si tiene preguntas o hay piezas faltantes, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica a clientes. La información de contacto se encuentra en la contraportada de este manual.

PREENSAMBLAJE



DESEMPAQUE

Coloque la caja de la caminadora sobre una superficie plana y nivelada. Se recomienda que coloque una cubierta protectora sobre el piso. Tenga PRECAUCIÓN cuando manipule y transporte la unidad. Nunca abra la caja cuando la misma esté sobre su lado. Cuando haya quitado las bandas de sujeción, no levante ni transporte la unidad a menos que esté completamente ensamblada y que esté en posición vertical, plegada, con el mecanismo de bloqueo asegurado. Desempaque y ensamble la unidad en el lugar donde se la utilizará. Esta caminadora está equipada con amortiguadores de alta presión que podrían abrirse y descargarse a presión si se tratan sin cuidado. Nunca agarre ninguna parte de la estructura que produce la inclinación para intentar levantar o mover la caminadora.

⚠ ADVERTENCIA

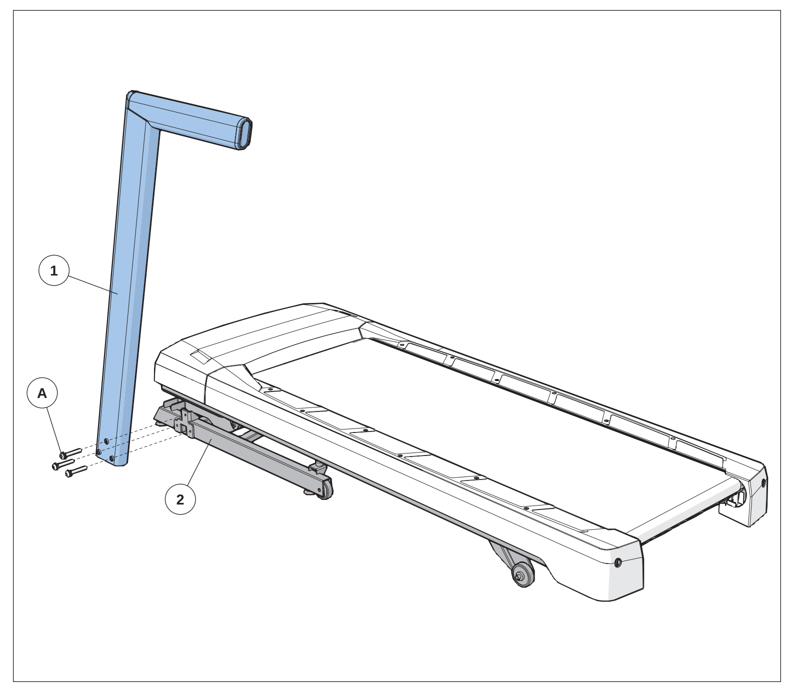
- ¡NO TRATE DE LEVANTAR LA CAMINADORA! No mueva ni levante la caminadora de su embalaje hasta que se le indique hacerlo en las instrucciones de ensamblaje. Puede quitar el envoltorio plástico de los postes de la consola.
- ¡PODRÍAN PRODUCIRSE LESIONES SI NO SE SIGUEN ESTAS INSTRUCCIONES!

⚠ NOTAS IMPORTANTE

- Durante cada paso del ensamblaje asegúrese de que TODAS las tuercas y los pernos estén en su lugar y enroscados parcialmente antes de apretar por completo CUALQUIERA de ellos.
- Muchas partes han sido pre-lubricadas para facilitar el ensamblaje e el uso. No les limpie. Si usted encontraría dificultades, puede usar una ligera capa de grasa de litio de bicicleta.



ENSAMBLAJE **PASO 1**



TORNILLERÍA PARA EL PASO 1			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
A	TORNILLO BRISTOL	M8X1.25PX60L	3

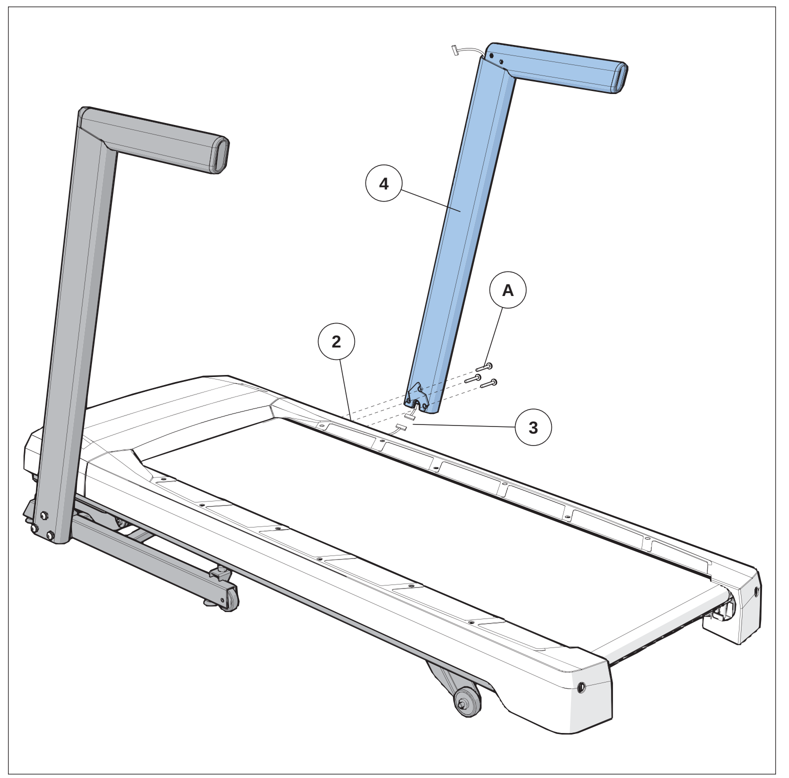
A Corte las bandas de sujeción amarillas y levante la plataforma para correr hacia arriba y retire todo lo que haya debajo de la misma.

B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 1**.

C Adjunte el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (1)** al **BASTIDOR PRINCIPAL (2)** con los **3 TORNILLOS (A)**.

ENSAMBLAJE **PASO 2**





TORNILLERÍA PARA EL PASO 2			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
A	TORNILLO BRISTOL	M8X1.25PX60L	3

A Tire del **CABLE DE LA CONSOLA (3)** desde el bastidor de la base de la caminadora. Conecte el **CABLE DE LA CONSOLA** del **BASTIDOR PRINCIPAL** al **CABLE DE LA CONSOLA** abajo del **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA**. El final del **CABLE DE LA CONSOLA** debe ubicarse en la parte superior del poste.

B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 2**.

C Adjunte el **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA (4)** al **BASTIDOR PRINCIPAL (2)** con los **3 TORNILLOS (A)**.

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar el cable de la consola mientras conecta el poste derecho de la consola.

ENSAMBLAJE **PASO 3**



TORNILLERÍA PARA EL PASO 3			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
B	TORNILLO	4X12L	8

A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 3**.

B Gire la **CONSOLA (5)** y alinee los **BOLSILLOS DE LA CONSOLA (6)** con los agujeros de los tornillos.

NOTE: antes de apretar las portabotellas, asegúrese que la lengüeta de ajusto sean afuera de la cavidad de la portabotella.

C Adjunte los **BOLSILLOS DE LA CONSOLA (6)** a la **CONSOLA (5)** con 8 **TORNILLOS (B)**.

NOTE: Si es necesario después del ensamblaje, suelte cuidadosamente los tornillos para fijar en sus sitios las portabotellas sin quebrar las lengüetas de ajusto.

ENSAMBLAJE **PASO 4**



TORNILLERÍA PARA EL PASO 4			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
C	TORNILLO BRISTOL	M8X1.25PX15L	4

A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 4**.

B Cuidadosamente, ubique la **CONSOLA (5)** en la parte superior del **POSTE DE LA CONSOLA (1 y 4)**.

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar los cables de la consola mientras la conecta.

C Conecte los **CABLES DE LA CONSOLA (3)** y asegúrese de que los cables estén dentro del **CONSOLA (5)**.

D Conecte la **CONSOLA (5)** al **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA (4)** con 2 **TORNILLOS (C)**.

E Repita el PASO D del lado izquierdo.

¡ENSAMBLAJE COMPLETO!

Antes de usar la caminadora por primera vez, lubrique la plataforma de la caminadora de acuerdo a las instrucciones en la sección de MANTENIMIENTO en la GUÍA DE LA CAMINADORA.

FUNCIONAMIENTO DE LA CAMINADORA



Esta sección explica cómo utilizar la consola y la programación de la caminadora. La sección de FUNCIONAMIENTO BÁSICO en la GUÍA DE LA CAMINADORA contiene instrucciones para lo siguiente:

- **UBICACIÓN DE LA CAMINADORA**
- **USO DE LA LLAVE DE SEGURIDAD**
- **CÓMO PLEGAR LA CAMINADORA**
- **CÓMO MOVER LA CAMINADORA**
- **CÓMO NIVELAR LA CAMINADORA**
- **CÓMO TENSAR LA BANDA PARA CORRER**
- **CÓMO CENTRAR LA BANDA PARA CORRER**
- **USO DE LA FUNCIÓN DE RITMO CARDÍACO**



Q I A K Q

E D

B C

F G

R R R

incline speed

time distance calories

HORIZON FITNESS

manual steps calories distance intervals

workout setup

enter

start pause

stop hold to reset

H J N P O L M

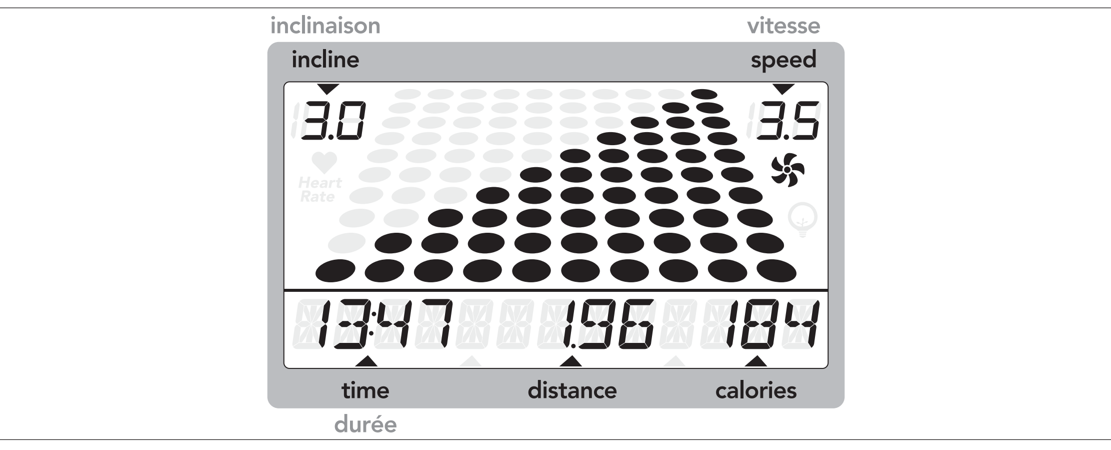
FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA



Nota: Hay una lámina protectora delgada de plástico transparente en el revestimiento de la consola que debe quitarse antes de usarla.

- **A) VENTANA DE INDICADORES DE LCD:** tiempo, distancia, calorías, inclinación, velocidad, ritmo cardíaco y ventilador.
- **B) TECLAS ⋁⋀ DE PROGRAMACIÓN:** se utiliza para cambiar los programas y las configuraciones del usuario.
- **C) ENTER (ACEPTAR):** se utiliza para confirmar la selección.
- **D) INDICADOR ENERGY SAVER:** indica si la máquina está en el modo Energy Saver.
- **E) TECLAS DE PROGRAMA:** presione para seleccionar su sesión de ejercicio.
- **F) TOMA DE ENTRADA DE AUDIO:** conecte su reproductor en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- **G) VOLUME (VOLUMEN):** se utiliza para bajar o subir el volumen.
- **H) TECLA DE VENTILADOR:** presiónela para encender o apagar el ventilador.
- **I) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN:** se utilizan para alcanzar la inclinación deseada con rapidez.
- **J) TECLAS ⋁⋀ DE INCLINACIÓN:** se utilizan para ajustar el nivel de inclinación.
- **K) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD:** se utilizan para alcanzar la velocidad deseada con rapidez.
- **L) TECLAS ⋁⋀ DE VELOCIDAD:** se utilizan para ajustar el nivel de velocidad.
- **M) ESTANTE DE LECTURA:** para sostener el material de lectura.
- **N) START/PAUSE (INICIAR/PAUSAR):** se utiliza para iniciar, pausar y reiniciar la sesión de ejercicios después de la pausa.
- **O) STOP/HOLD TO RESET (DETENER/MANTENER OPRIMIDO PARA REINICIAR):** se utiliza para interrumpir el funcionamiento de la máquina y también para reiniciar la máquina cuando se la mantiene oprimida.
- **P) LLAVE DE SEGURIDAD:** habilita la caminadora cuando se inserta la llave de seguridad.
- **Q) ALTAVOCES:** para reproducir música a través de los altavoces cuando están conectados al reproductor.
- **R) BOLSILLOS DE ALMACENAMIENTO:** alojan los elementos personales que usted traiga, por ejemplo, una botella de agua.





VENTANA DE INDICADORES EN PANTALLA

- **TIME (TIEMPO):** Aparece en minutos:segundos. Indica el tiempo restante o el que ha pasado en su sesión de ejercicio.
- **DISTANCE (DISTANCIA):** Aparece en millas. Indica la distancia recorrida o la distancia por recorrer durante su sesión de ejercicio.
- **CALORIES (CALORÍAS):** Total de calorías quemadas o restantes durante el ejercicio.
- **INCLINE (INCLINACIÓN):** Aparece como porcentaje. Indica el nivel de inclinación de la superficie para correr.
- **SPEED (VELOCIDAD):** Aparece en mph. Indica a qué velocidad se mueve la cinta.
- **HEART RATE (RITMO CARDÍACO):** Aparece como latidos/minuto (BPM, por sus siglas en inglés). Se utiliza para monitorear el ritmo cardíaco (se muestra cuando se sujetan ambas empuñaduras con sensor de pulso).
- **PROGRAM PROFILES (PERFILES DEL PROGRAMA):** Representa el perfil del programa en uso (velocidad durante los programas de velocidad e inclinación durante los programas con inclinación).
- **FAN (VENTILADOR):** Indica que el ventilador está encendido.
- **ENERGY SAVER (AHORRO DE ENERGÍA)**: Indica cuando la máquina está en modo Energy Saver para ahorrar energía.

PARA EMPEZAR

1) Verifique que no haya ningún objeto ubicado en la banda que dificulte el movimiento de la caminadora.
2) Enchufe el cable y ENCIENDA la caminadora.
3) Párese sobre los rieles laterales de la caminadora.
4) Sujete el broche de la llave de seguridad en alguna parte de su ropa y asegúrese de que quede bien agarrado y de que no se pueda soltar durante el funcionamiento de la caminadora.
5) Introduzca la llave de seguridad en su lugar en la consola.
6) Configure el peso del usuario con ⋁⋀ y presione ENTER.
7) Tiene dos opciones para comenzar su sesión de ejercicios:



A) INICIO RÁPIDO

Simplemente presione la tecla de inicio START para comenzar el ejercicio. El tiempo, la distancia y las calorías comenzarán de cero. O bien...

B) SELECCIONE UN EJERCICIO

1) Presione el botón WORKOUT para seleccionar el ejercicio deseado y luego presione ENTER.
2) Seleccione el nivel o programa de ejercicios que desee con ⋁⋀ y presione ENTER.
3) Ajuste la información del programa con ⋁⋀ (ver la información del programa para conocer las configuraciones necesarias) y presione ENTER después de cada selección.
4) Presione START para comenzar la sesión de ejercicio.

NOTA: Usted puede ajustar la velocidad y la inclinación durante la sesión de ejercicio.

FINALIZACIÓN DE LA SESIÓN DE EJERCICIO

Cuando complete la sesión de ejercicio, la consola mostrará el mensaje "workout complete" (sesión de ejercicio completada) y emitirá un pitido. La información de su sesión de ejercicio aparecerá en la consola durante 30 segundos y luego se borrará.

PARA PONER EN CERO LA CONSOLA

Mantenga presione la tecla STOP por 3 segundos.

PARA BORRAR LA SELECCIÓN ACTUAL

Para borrar la selección del programa actual, mantenga presionado el botón stop por 3 segundos.

INFORMACIÓN DE LOS PROGRAMAS





MANUAL: Ajuste la velocidad y la inclinación de forma manual durante la sesión de ejercicio. El usuario ajusta el tiempo, la velocidad de inicio y la inclinación.



PASOS: Promueve la actividad saludable con ejercicios en 10 pasos que se calculan con la longitud del paso promedio. Elija entre ejercicios de 1000, 2000, 3000, 4000, 5000, 6000, 7000, 8000, 9000 y 10.000 pasos.
Los usuarios ajustan la velocidad e inclinación inicial.



CALORÍAS: Ajuste cuántas calorías quiere quemar con seis sesiones de ejercicios. Elija entre ejercicios de 1000, 2000, 3000, 4000, 5000, 6000, 7000, 8000, 9000 y 10.000 pasos. El usuario ingresa el peso y configura la velocidad e inclinación inicial. Las calorías quemadas se calculan a partir del peso que ingresó el usuario con la velocidad y la inclinación del ejercicio.



DISTANCIA: Esfuércese y llegue más lejos durante la sesión de ejercicios con 10 distancias. Elija entre objetivos de 1 milla, 2 millas, 5k, 5 millas, 10k, 8 millas, 15k, 10 millas, 20k, y media maratón. Los usuarios ajustan la velocidad e inclinación inicial.



INTERVALOS: Un ejercicio efectivo para quemar grasas que lo ayuda a mejorar su estado físico. Elija entre los ejercicios con intervalos de velocidad, intervalos de intensidad e intervalos de resistencia. Los usuarios ajustan el tiempo y el nivel de inicio.

INTERVALOS DE VELOCIDAD (10 NIVELES)						
Los cambios de velocidad y los segmentos se repiten cada 90 segundos y 30 segundos.						
Segmento	Calentamiento		1	2	Enfriamiento	
Time (tiempo)	4:00 Min.		90 S	30 S	4:00 Min.	
Nivel 1	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
Nivel 2	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
Nivel 3	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
Nivel 4	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
Nivel 5	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
Nivel 6	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
Nivel 7	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
Nivel 8	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
Nivel 9	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Nivel 10	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0

INTERVALOS DE RESISTENCIA (12 NIVELES) - SOLO VELOCIDAD												
Segmento	Calentamiento		1	2	3	4	5	6	7	8	Enfriamiento	
Time (tiempo)	4:00 Min.		Cada segmento dura 30 segundos y se repite								4:00 Min.	
Nivel 1	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.3	1.5
Nivel 2	1.3	1.9	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.6	1.8
Nivel 3	1.5	2.3	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.0
Nivel 4	1.8	2.6	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.4	2.3
Nivel 5	2.0	3.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	3.8	2.5
Nivel 6	2.3	3.4	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.1	2.8
Nivel 7	2.5	3.8	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	4.5	3.0
Nivel 8	2.8	4.1	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	4.9	3.3
Nivel 9	3.0	4.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	5.3	3.5
Nivel 10	3.3	4.9	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	5.6	3.8
Nivel 11	3.0	4.5	7.0	7.5	8.0	8.5	9.0	8.5	8.0	7.5	5.3	3.5
Nivel 12	3.3	4.9	7.5	8.0	8.5	9.0	9.5	9.0	8.5	8.0	5.6	3.8

INTERVALOS DE INTENSIDAD (10 NIVELES)							
Se producen cambios de velocidad e inclinación y los segmentos se repiten cada 90 segundos y 30 segundos.							
Segmento		Calentamiento		1	2	Enfriamiento	
Time (tiempo)		4:00 Min.		90 S	30 S	4:00 Min.	
Nivel 1	Velocidad	1.0	1.5	2.0	4.0	1.5	1.0
	Inclinación	1.0	1.5	0.5	1.5	1.5	0.0
Nivel 2	Velocidad	1.0	1.5	2.0	4.5	1.5	1.0
	Inclinación	1.5	2.5	3.0	6.5	2.5	1.5
Nivel 3	Velocidad	1.3	1.9	2.5	5.0	1.9	1.3
	Inclinación	2.0	3.0	4.0	7.5	3.0	2.0
Nivel 4	Velocidad	1.3	1.9	2.5	5.5	1.9	1.3
	Inclinación	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
Nivel 5	Velocidad	1.5	2.3	3.0	6.0	2.3	1.5
	Inclinación	2.5	3.5	4.5	8.5	3.5	2.5
Nivel 6	Velocidad	1.5	2.3	3.0	6.5	2.3	1.5
	Inclinación	2.5	3.5	4.5	9.0	3.5	2.5
Nivel 7	Velocidad	1.8	2.6	3.5	7.0	2.6	1.8
	Inclinación	2.5	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Nivel 8	Velocidad	1.8	2.6	3.5	7.5	2.6	1.8
	Inclinación	3.0	4.0	5.5	9.5	4.0	3.0
Nivel 9	Velocidad	2.0	3.0	4.0	8.0	3.0	2.0
	Inclinación	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0
Nivel 10	Velocidad	2.0	3.0	4.0	8.5	3.0	2.0
	Inclinación	3.0	4.5	6.0	10.0	5.0	3.0





CÓMO USAR EL REPRODUCTOR

1) Conecte el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO que se incluye a la TOMA DE ENTRADA DE AUDIO que está a la izquierda de la consola y la toma de los auriculares en su reproductor.

2) Utilice los botones de su reproductor para ajustar los parámetros de las canciones.

3) Saque el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO cuando no lo utilice.

AHORRO DE ENERGÍA (MODO EN ESPERA)

Esta máquina tiene una característica especial llamada modo Energy Saver™. Ese modo NO se activa automáticamente. Cuando se activa el modo Energy Saver, el monitor automáticamente entra en modo en espera (modo Energy Saver) pasados 15 minutos de inactividad. Esa característica deshabilita la mayor parte de la energía de la máquina hasta que se presiona la llave en la consola, de ese modo ahorra energía. Esa característica puede activarse o desactivarse accediendo al menú de ingeniería.

Para entrar al menú de ingeniería, mantenga presionada la tecla de ⋀ **INCLINACIÓN** y ⋁ **VELOCIDAD** de 3 a 5 segundos. Use las teclas ⋁⋀ para navegar el menú hasta ENG 3. Presione **ENTER** para seleccionar. Presione **ENTER** para navegar hasta P5 en el menú ENG3. Use las teclas ⋁⋀ para seleccionar encender o apagar ENRGY SVE. Mantenga presionado **STOP** de 3 a 5 segundos para salir de ENG 3. Mantenga presionado **STOP** nuevamente de 3 a 5 segundos para salir del menú de ingeniería.

GARANTÍA LIMITADA PARA EL USO DOMÉSTICO





CAPACIDAD DE PESO = 300 libras (136 kilogramos)

BASTIDOR = DE POR VIDA

La garantía del bastidor por defectos de fabricación y materiales se extiende de por vida desde la fecha de compra, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original. (El bastidor se define como la base de metal soldada de la unidad y no incluye ninguna pieza que pueda extraerse).

MOTOR DE TRANSMISIÓN/MOTOR DE ELEVACIÓN = DE POR VIDA

La garantía de los motores de transmisión/elevación por defectos de fabricación y materiales se extiende de por vida, desde la fecha de compra, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original. La garantía de los motores no cubre la mano de obra o la instalación del motor.

PARTES Y ELECTRÓNICA = 1 AÑO

La garantía de los componentes electrónicos, el acabado y todas las piezas originales se extiende por el período especificado arriba desde la fecha de la compra original, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original.

MANO DE OBRA = 1 AÑO

La garantía cubrirá el costo de mano de obra para la reparación del dispositivo por el período especificado más arriba desde la fecha de la compra original, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

Quién ESTÁ cubierto:

- El propietario original; la cobertura no es transferible.

Qué ESTÁ cubierto:

- La reparación o la sustitución de un motor, componente electrónico defectuoso o pieza defectuosa y es el único resarcimiento de la garantía.

Qué NO está cubierto:

- El desgaste normal por el uso, el ensamblaje o el mantenimiento inadecuado, la instalación de piezas o accesorios no destinados originalmente al equipo o que no sean compatibles con el equipo en las condiciones en que se lo vendió.
- Los daños o las fallas ocasionados por accidente, maltrato, corrosión, decoloración de la pintura o el plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, rayos, congelación u otros desastres naturales de cualquier tipo, reducción de la energía, fluctuación o falla de cualquier causa, condiciones atmosféricas inusuales, colisión, introducción de objetos extraños en la unidad cubierta o modificaciones que no estén autorizadas o no estén recomendadas por el fabricante.
- Daños incidentales o emergentes. El fabricante no es responsable de los daños indirectos, especiales o emergentes, pérdida económica, pérdida de la propiedad o ganancias, pérdida de disfrute o uso ni otros daños emergentes de cualquier naturaleza en relación con la compra, el uso, la reparación o el mantenimiento del equipo.
- El fabricante no suministra compensación monetaria ni de otro tipo para tales reparaciones o costos de piezas

de sustitución, incluidos, a título enunciativo y no limitativo, tarifas de membresía de gimnasio, tiempo de trabajo perdido, visitas de diagnóstico, visitas de mantenimiento o transporte.

- El equipo utilizado para fines comerciales o cualquier otro uso distinto del uso de una familia o un hogar, a menos que el fabricante autorice la cobertura.
- El equipo que se tenga u opere fuera de los EE. UU. y Canadá.
- Entrega, ensamblaje, instalación, configuración para unidades originales o de sustitución o mano de obra u otros costos asociados con la remoción o la sustitución de la unidad cubierta.
- Cualquier intento de reparar este equipo implica un riesgo de lesión. El fabricante no es responsable de ningún daño, pérdida u obligación que surja de cualquier lesión personal producida durante el transcurso o como resultado de cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de ejercicio por una persona que no sea un técnico de servicio autorizado. Todos los intentos de reparación realizados por usted sobre su equipo de ejercicio se realizan BAJO SU PROPIO RIESGO y el fabricante no será responsable de ninguna lesión a la persona o la propiedad que surja de tales reparaciones.
- Si la garantía del fabricante se venció pero cuenta con una extensión de garantía, consulte su contrato de extensión de garantía para obtener información de contacto para solicitudes de servicio técnico o reparación bajo la extensión de la garantía.

MANTENIMIENTO/DEVOLUCIONES

- Existe un servicio técnico a domicilio dentro de las 150 millas (240 km) del centro de reparaciones autorizado más cercano (las distancias mayores a 150 millas (240 km) de un proveedor de servicio autorizado son responsabilidad del cliente).
- Todas las devoluciones deben ser autorizadas previamente por el fabricante.
- La obligación del fabricante de acuerdo a esta garantía se limita a sustituir o a reparar, a opción del fabricante, el producto por el mismo modelo o por uno similar.
- El fabricante puede solicitar que los componentes defectuosos sean devueltos al fabricante una vez que se complete el mantenimiento bajo garantía por medio de una etiqueta de devolución prepagada. Si le han recomendado devolver piezas y no recibió una etiqueta, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica para clientes.
- Las unidades de sustitución, las piezas y los componentes electrónicos reacondicionados a un estado semejante al nuevo por parte del fabricante o sus distribuidores a veces pueden suministrarse como sustitución de garantía y constituyen la satisfacción de los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos varían según el estado.





CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER if you have any problems during assembly or if parts are missing.

For fast and friendly service, please contact one of our trained customer technicians via phone, email or our website.

We want to know if you have a problem and we want to have an opportunity to correct it for you.

NOTE: Please read the TROUBLESHOOTING section in the TREADMILL GUIDE before contacting Customer Tech Support. Additional product information is available on our website.



SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

NE PAS RETOURNER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT en cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent.

Pour obtenir un service rapide et amical, communiquer avec un de nos techniciens d'expérience par téléphone, par courriel ou par notre site Web.

Nous voulons savoir si vous avez un problème et nous voulons avoir l'occasion de le résoudre pour vous.

REMARQUE : Lire la section DÉPANNAGE dans le GUIDE DU TAPIS ROULANT avant de communiquer avec le service de soutien technique à la clientèle . Des renseignements supplémentaires sur le produit sont disponibles sur notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA A CLIENTES

NO VUELVA AL VENDEDOR MINORISTA si tiene problemas durante el ensamblaje o si faltan piezas.

Para obtener un servicio rápido y grato, comuníquese con uno de nuestros técnicos capacitados para la atención de clientes vía teléfono, correo electrónico o nuestro sitio web.

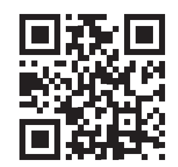
Queremos saber si tiene un problema y queremos tener la oportunidad de corregirlo para usted.

NOTA: Lea la sección de RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en la GUÍA DE LA CAMINADORA antes de comunicarse con el Servicio de asistencia técnica a clientes. En nuestro sitio web hay información adicional sobre el producto.



1-800-244-4192
comments@horizonfitness.com
www.horizonfitness.com

Horizon Fitness
1600 Landmark Drive,
Cottage Grove WI, 53527



See our troubleshooting and maintenance videos online at:
Veuillez regarder les vidéos de dépannage et de maintien sur le net au:
Miren los videos de localización y resolución de problemas y el mantenimiento por internet al:

www.youtube.com/HorizonFitness

Designed & Engineered in the U.S.A. • Made in China
Conçu et fabriqué aux États-Unis. • Fabriqué en Chine
Diseñado y fabricado en EE. UU. • Hecho en China